

cooperazione ^{tra} **consumatori**



ARRIVANO I "BUONI POP"

**I buoni spesa
per i prodotti Coop**

"ASSEGNO UNICO"

Nelle Coop vale di più

PERGINE

**Festival e
feste d'estate**

CONTRO IL BULLISMO INSIEME

**Grazie a Etika, Trento
è la prima città d'Italia in cui
tutte le scuole sono certificate
per prevenire e contrastare il bullismo**



**SOCIOSÌ
E CARTA IN
COOPERAZIONE:
SOCIOSÌ LA RACCOLTA
PUNTI DEDICATA AI SOCI**



**CARTA IN
COOPERAZIONE
LE CONVENZIONI
PER I SOCI A TEATRO
E NEI MUSEI**



Marketing CGB | Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Le condizioni contrattuali sono indicate nei Fogli Informativi messi a disposizione del pubblico presso gli sportelli della banca e nella sezione "trasparenza" del sito internet. 05.2020

INBANK web

Inbank web ti consente di vivere la banca in totale libertà. Controlla e gestisci il tuo conto corrente quando, dove e come vuoi, anche dal soggiorno di casa tua.

www.inbank.it



sommario

- primo piano** sostenibilità
- 6 L'iniziativa di etika
A Trento tutte le scuole unite contro il bullismo
a cura di Maria Buzduga
- 7 **Prevenire il bullismo: il ruolo dei genitori**
- cooperazione** di consumo
- 9 Sait e Famiglie Cooperative per la comunità
Nelle Coop l'Assegno unico vale di più
- 10 Aumento dei prezzi e salute
Se il clima devasta frutta e verdura
di Paola Minoliti
- 11 Fino al 23 luglio 2023
Arrivano i "Buoni Pop": i buoni spesa per i tuoi prodotti Coop
- 12 Alluvione Emilia Romagna e Marche
Un aiuto per riemergere dalla devastazione
- 13 Famiglie Cooperative e Vigili del Fuoco Volontari
Sait-Coop Trentino con gli allievi dei vigili del fuoco
- famiglie cooperative**
- 17 Famiglia Cooperativa di Primiero
Assemblea 2023: l'impegno per la comunità
- consumi**
- 18 La dieta vegetale fa bene alla salute e all'ambiente
Con una dieta a base vegetale...
di Alessandro Graziadei
- 19 Prodotti innovativi
Microalghe, un pieno di nutrienti benefici
di Chiara Faenza e Fabio Fanari
- ambiente**
- 20 Il biomonitoraggio degli apicoltori in Valsugana
Le api e il polline inquinato: ecco cosa possiamo fare tutti
di Maddalena di Tolla Deflorian
- 21 La Campagna Coop a tutela delle Api
Ogni ape conta
- società**
- 23 Cultura dell'illimitato
Mi scusi prof...
di Alberto Conci
- educazione**
- 24 Estate, più tempo per giocare
Giochiamo insieme?
di Silvia Martinelli
- 25 Educazione, nutrizione, inclusione e sostenibilità
Caldonazzo, ai bambini del nido piace la scoperta dell'orto
di Dirce Pradella
- 26 Le cooperative formative scolastiche
Diario di Scuola
di Sara Perugini
- 27 Politiche giovanili trentine
Le/gli Esploratore culturali si presentano in un libro
di Lara Deflorian
- 30 Entro il 2 ottobre 2023
"Strike" cerca storie di giovani che sanno ispirare
- cultura**
- 29 Pergine Valsugana, 1-15 luglio 2023
Pergine Festival, Senza età
- cultura libri**
- 31 **Le recensioni del mese**
a cura di Franco Sandri
- prodotti coop**
- 32 Piaceri d'estate
BRRR... che gusti! La golosissima gelateria Coop
di Rita Nannelli
- mangiare e bere**
- 34 L'estate in tavola
Primi e profumi
- coltivare**
- 36 Pinguicola, dienea e Nepentacee
Carnivore: le piante che catturano gli insetti
di Iris Fontanari



11

Arrivano i "Buoni Pop", per i tuoi prodotti Coop

Dal 26 giugno al 23 luglio, nei negozi Coop Trentino, Famiglia Cooperativa e Coop Superstore arriva "Buoni Pop", uno sconto speciale su tutti i prodotti a marchio Coop



25

I bambini del nido e la scoperta dell'orto

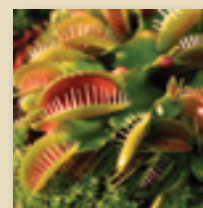
A Caldonazzo, le coop sociali Città Futura e Cs4 insieme per diffondere la cultura ecologica, valorizzando le risorse territoriali, promuovendo il rispetto della natura e la tutela della salute. Appuntamento a fine luglio per il raccolto



32

La golosissima gelateria Coop

Dai classici tradizionali alle ultime novità. Cono, stecco, biscotto o al cucchiaino, il gelato Coop è fatto con ingredienti selezionati e materie prime di alta qualità. Etico, sicuro, conveniente e buonissimo



36

Carnivore: le piante che catturano gli insetti

Anche la nostra flora include piante carnivore che mangiano insetti: piccole e graziose, sono molto amate dai bambini, per i quali possono essere anche uno strumento di educazione alla natura

LIBRI DI TESTO

...prenotali subito

E RISPARMI SULLA SPESA!



**SUL PREZZO DI COPERTINA
DEI LIBRI DI TESTO**
per le scuole medie e superiori

**SCONTO 5%
ANCHE SUI LIBRI
PER LE VACANZE**

**15%
SCONTO**

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

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

Il buono viene rilasciato al momento del ritiro del libro ed è spendibile su una spesa successiva fino al 31 dicembre 2023.

MARTEDÌ 31 OTTOBRE 2023
GIOVEDÌ 30 NOVEMBRE 2023

CHIUSURA PRENOTAZIONI
ULTIMA DATA RITIRO LIBRI

**FAMIGLIA
COOPERATIVA** 


coop

cool **KONSUM** 


Responsabilità

Per il mio “Punto di vista” dello scorso mese ho ricevuto messaggi e lettere che esprimono posizioni opposte: sono pubblicati a pagina 14-15. Devo registrare due diverse sensibilità, quella di chi vive nelle valli periferiche a contatto diretto con i grandi predatori e quella degli amanti della natura che popolano senza pericoli le terre sull’asta dell’Adige.

Tanto per restare in argomento proponiamo anche di ascoltare e valutare le ragioni di quanti sono scesi in piazza, e sono stati migliaia sia a Trento sia a Bolzano, per denunciare una situazione che in questi ultimi tempi si è fatta sempre più insostenibile e per sollecitare misure e interventi atti a ripristinare e garantire la vivibilità e la sicurezza necessarie a chi opera in determinati contesti.

Non posso fare a meno di denunciare quanto perpetrato dai mercanti di armi e dai loro committenti con guerre continue, eterne, conflitti che sconvolgono ogni parte del pianeta, a cui purtroppo ci siamo abituati come fossero fatti di cronaca quotidiana e non eventi fuori dal comune, disumani, catastrofici, tali da suscitare pietà, indignazione e ribellione, ... quasi fossero cose che non ci riguardano, volute dal fato, senza

considerare che quando si uccide un uomo, vien meno anche una parte di noi, si impoverisce l’umanità.... Le armi sono fatte per ammazzare... uomini e animali, per distruggere paesi e città, luoghi di abitazione, di culto e di lavoro, musei e opere d’arte, per inquinare la terra senza riguardo per niente e per nessuno. E a fabbricarle siamo noi. Basti pensare che il nostro Stato, l’Italia, ha partecipazioni nelle fabbriche di armi! Eppure - opinione condivisa dalla maggior parte delle popolazioni - la guerra, insieme alla distruzione dell’ambiente, è il crimine più grande in assoluto.

Ora sarebbe tempo che tutte le guerre venissero chiamate semplicemente **violenza**, col loro nome vero, senza eufemismi e falsità. In questo modo sarebbe più facile rifiutarle e devolvere i loro costi all’educazione dei giovani in modo da indirizzarli, non solo alla conoscenza della storia, ma anche alla bellezza delle relazioni. Non ci sono né guerre giuste, né giustificabili, checché ne dicano quanti gestiscono l’informazione.

E le nuove generazioni dovrebbero crescere in pace, una pace che non deve essere assenza di guerra, bensì condivisione di sentimenti e di ideali da perseguire.



DIRETTORE RESPONSABILE
Giuseppe Ciaghi

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

Questo numero è stato chiuso
in tipografia il 16-06-2023
La tiratura del numero
di giugno 2023 di
“Cooperazione tra Consumatori”
è stata di 35.911 copie

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

HANNO COLLABORATO
Alberto Conci, Maddalena
Di Tolla Defflorian, Iris Fontanari,
Cristina Galassi, Silvia Martinelli,
Sara Perugini, Dirce Pradella,
Franco Sandri.

IMPAGINAZIONE
Scripta società cooperativa

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

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



Il bullismo si combatte informando, sensibilizzando e aiutando tutte le persone coinvolte: bulli e vittime, compagni e compagne di scuola, insegnanti e genitori. I 7 istituti comprensivi della città di Trento hanno partecipato al percorso di prevenzione e contrasto al bullismo, realizzato grazie al sostegno di Etika, l'offerta luce e gas della Cooperazione Trentina con Dolomiti Energia, e il cofinanziamento della Provincia Autonoma di Trento e dei singoli Istituti. Con l'Istituto Trento 6 che ha fatto da apripista, il



L'iniziativa di etika

A Trento tutte le scuole unite contro il bullismo

Trento è la prima città d'Italia dove tutti gli Istituti comprensivi hanno ottenuto la certificazione per la prevenzione e il contrasto al bullismo. Un risultato realizzato grazie al sostegno di Etika, l'offerta luce e gas della Cooperazione Trentina con Dolomiti Energia

A cura di Maria Buzduga

percorso ha portato tutti gli Istituti del capoluogo ad ottenere la certificazione, unica città d'Italia ad avere raggiunto un traguardo così elevato. Nel progetto è stato coinvolto anche l'Istituto comprensivo di Cavalese, come esperienza di un contesto scolastico periferico di valle.

Il progetto ha interessato tutti i protagonisti del mondo della scuola: studenti, personale scolastico (insegnanti e personale ATA) e famiglie, a partire dalle operazioni di ascolto della loro percezione del fenomeno che sono state alla base poi di concrete misure organizzative e di gestione, oltretutto formative.

“Etika esemplifica il contributo della cooperazione alla costruzione di una comunità coesa e inclusiva, attraverso



progetti di sostegno alle persone con disabilità e alle loro famiglie - ha detto Roberto Simoni, presidente della Cooperazione

Trentina. Per costruire una comunità inclusiva è necessario investire anche nell'educazione al rispetto, all'accoglienza e alle buone relazioni proprio come il progetto “Insieme contro il bullismo”.

L'INDAGINE

Una delle tappe più rilevanti di questo percorso di sensibilizzazione è stata l'indagine effettuata per rilevare la percezione rispetto ai “comportamenti da bulli” vissuti in contesto scolastico.

Nel corso dell'anno scolastico 2022-2023, ben **2.809 studenti** delle scuole secondarie di primo grado e in alcuni casi anche delle classi quarta e quinta delle primarie degli **8 Istituti, 1.657 genitori e 720 personale scolastico** (docenti, personale di segreteria e collaboratori scolastici) hanno espresso la loro percezione sul fenomeno attraverso operazioni di ascolto e compilazione di un questionario.

“Gli esiti dell'indagine - ha evidenziato - Paola Pasqualin, dirigente portavoce della rete degli Istituti comprensivi di Trento coinvolti nel progetto - hanno indirizzato le politiche definite nei singoli piani antibullismo degli Istituti attraverso differenti azioni: progetti di prevenzione, formazione per personale scolastico e genitori, un attento piano di vigilanza, accompagnamento, supervisione dentro e fuori la scuola e un regolamento sanzionatorio, ma anche obiettivi educativi e presa in carico della vittima.”

IL BULLISMO SECONDO UN ADOLESCENTE

Il 78% degli studenti considera il bullismo un fenomeno grave. La maggior parte dei partecipanti (52%) ha indicato di non essere mai stato vittima di bullismo, quasi la metà

(43%) invece di essere stato un bullo, mentre il 17% di aver subito delle prepotenze.

Consapevoli che questo fenomeno non si risolve alla pari, più del 70% dei soggetti ha individuato i genitori come figura principale alla quale chiedere aiuto, seguito dal 65% che si rivolge agli insegnanti. La soluzione più efficace sembra quella del dialogo in classe ma anche denunciare e punire (26%)

è un buon esempio per risolvere i problemi legati al fenomeno.

RISULTATI DEL PERSONALE SCOLASTICO E GENITORI

Anche il 97%, in modo indistinto fra personale scolastico e genitori, definisce il bullismo e il cyberbullismo un fenomeno grave. Circa un terzo dei genitori e del personale

scolastico però è poco informato sulle conseguenze del materiale pubblicato in rete. La cancellazione è possibile, ma richiede tempi indefiniti e quello che preoccupa sono le conseguenze che i contenuti possono generare sulle persone fragili. Genitori e insegnanti hanno manifestato di non posse-



Prevenire il bullismo: il ruolo dei genitori

Intervista ad Alberto Pellai, medico e psicoterapeuta dell'età evolutiva, tra i protagonisti della serata conclusiva del percorso dedicata ai genitori del progetto "Insieme contro il bullismo"



Alberto Pellai e Paolo Picchio durante l'incontro a Trento

Quanto è importante conoscere il funzionamento dei social per accompagnare in questo terreno i propri figli? Non bisogna essere esperti, ma consapevoli dei punti di forza e delle fragilità del proprio figlio che accede al web.

Certo, conoscere anche i contenuti presenti nelle varie

I genitori possiedono i giusti strumenti di conoscenza e di consapevolezza per sostenere correttamente i propri figli lungo questo percorso complesso e talvolta molto doloroso? Come comportarsi se un figlio è vittima o autore di comportamenti prepotenti e irrispettosi nei confronti di altri ragazzi? Come intervenire correttamente e quali leve educative attivare? Come far capire ai più giovani i rischi del cyberbullismo? A queste e ad altre domande hanno cercato di dare risposta

tre esperti – **Alberto Pellai** (medico e psicoterapeuta), **Paolo Picchio** (presidente onorario Fondazione Carolina), **Paolo Torelli** (Responsabile relazioni esterne e comunicazione Fondazione Carolina) – che lo scorso 5 giugno sono intervenuti alla serata conclusiva del percorso di prevenzione del bullismo dedicata ai genitori, moderata da **Paola Pasqualin**, dirigente portavoce della rete degli Istituti comprensivi di Trento coinvolti nel progetto.

Ad Alberto Pellai, medico e psicoterapeuta, autore di molti bestseller per genitori, educatori, ragazzi, tra i quali **"Io dico no al bullismo. 10 parole per capire il mondo"**, abbiamo rivolto alcune domande.

Dottor Pellai, quali sono le sfide educative per i genitori di oggi?

Sono le stesse dei genitori di un tempo:

la sessualità, le relazioni con il gruppo dei pari, la costruzione di progetto di vita, il conflitto con la famiglia per idee contrastanti... **Quello che è cambiato è il contesto**, anzi i contesti di vita in cui i figli si muovono durante il loro percorso di crescita. **Siamo i primi genitori che stanno crescendo figli che hanno due vite: una reale e una virtuale.** In questo senso, mamme e papà devono capire qual è il loro ruolo nella

vita online del proprio figlio e, soprattutto, che cosa rappresenta questo mondo: se una zona di totale autodeterminazione e autogestione oppure una zona di sostegno e accompagnamento.

Qual è il momento giusto per permettere l'accesso ad internet, e in particolare ai social? Utilizzare con

consapevolezza i social media richiede funzioni mentali integrate complesse. L'età dai 10 ai 14 anni è un lasso di tempo di grande fragilità. Per questo, prima dei 14 anni è un'impresa ardua governare un territorio che è tutto basato sulla gratificazione istantanea. In un mondo virtuale dove tutto è così fugace, è difficile per un genitore decidere quale sia il momento giusto, ogni scelta è soggettiva e dovrebbe essere presa sulla base della maturazione e della consapevolezza che il genitore riconosce al figlio.

piattaforme aiuta il genitore a tracciare dei limiti e a trovare delle strategie per permettere al proprio figlio di avere un giudizio critico su cosa è corretto e cosa non lo è. Di fronte a situazioni così delicate, infatti, è bene non improvvisare: nel momento in cui si sdogana la vita online del figlio, è importante che i genitori abbiano costruito un percorso ben strutturato.

Internet ha incrementato il fenomeno del cyberbullismo, quali misure adottare per contrastare il fenomeno?

In momenti di difficoltà i ragazzi devono sentirsi sicuri sul fatto di poter **denunciare e trovare una soluzione al problema.** Molti che non sono né vittime né bulli, ma testimoni di comportamenti che loro non condividono, hanno paura di raccontarlo perché potrebbero subire conseguenze peggiori della vittima. In questo senso, è fondamentale generare **un luogo protetto dove i ragazzi possono esprimersi e denunciare, non perché siano "spioni", ma perché sentono di essere responsabili di quello che sta accadendo a qualcun altro.** E così sono incentivati a diventare attori del cambiamento.

In questo senso il progetto "Insieme contro il bullismo" fa la differenza, perché i ragazzi percepiscono la presenza di meccanismi e misure preventive capaci di circoscrivere o addirittura eliminare un fenomeno così preoccupante.

Cos'è etika

Etika è il gruppo di acquisto eco-solidale di energia e gas della Cooperazione Trentina (Federazione Trentina della Cooperazione, Cassa Centrale Banca, Sait Coop Famiglie Cooperative, Consolida, Cooperativa Sociale La Rete) con Dolomiti Energia che offre vantaggi ai sottoscrittori in termini economici, sociali e ambientali. Ad oggi sono circa 64.000 le adesioni a etika, mentre il Fondo solidale (alimentato dai versamenti annui di Dolomiti Energia pari a 10 euro per contratto sottoscritto) dedicato ai progetti di sostegno alla vita indipendente delle persone con disabilità ha raggiunto i 3 milioni di euro. Etika è inoltre ecologica e ad oggi ha consentito di risparmiare più di 110 mila tonnellate di CO2 (di cui 23.931 compensata per il gas) pari alla quantità assorbita da oltre 2 milioni e mezzo di alberi.



dere conoscenze adeguate (12%) e di voler approfondire meglio la questione (51%). Il desiderio espresso, dunque, è stato quello di strutturare percorsi di formazione e informazione per acquisire maggiori strumenti e competenze nella prevenzione del fenomeno.

Fondazione Carolina Il web non perdona

Paolo Picchio, papà di Carolina, vittima di cyberbullismo, ha raccontato alla serata organizzata da etika la sua esperienza dolorosa che ha trasformato in impegno

Carolina era una ragazza bella, sportiva, intelligente e socievole, ma la sua fragilità di adolescente non ha retto il dolore provocato da un video caricato in rete. "Perché siete così insensibili? Lo sapete che le parole fanno più male delle botte?", ha scritto Carolina prima di togliersi la vita, dopo aver visto un video sul web mentre alcuni amici "giocavano" con il suo corpo privo di conoscenza. Sotto il video migliaia di commenti negativi e offese da parte di persone che neppure conosceva. Il web non permette di rispondere né tanto meno perdona, ti perfora e basta.

Infine, personale scolastico e genitori (65%) hanno condiviso l'idea di realizzare spazi di ascolto che permettono il confronto non solo tra gli adulti, ma anche tra gli adolescenti per dare voce alle proprie emozioni e difficoltà e costruire insieme soluzioni efficaci.

ALLEANZA EDUCATIVA TRA SCUOLA E FAMIGLIA

Un'ultima curiosità: le esperienze di bullismo rilevate dal personale scolastico sono circa il doppio di quelle percepite dai genitori. Questo significa che l'alleanza educativa tra scuola e famiglia resta il terreno primario su cui lavorare per affrontare il fenomeno, col-

“**Leggendo i dati dell'indagine che ha coinvolto oltre 2.800 studenti e studentesse, emerge che i ragazzi sono consapevoli che il bullismo si vince solo denunciando o parlando con qualche figura adulta**”

mando quei gap informativi e formativi che entrambe le componenti adulte consultate hanno dichiarato di sentire. Tutte le componenti adulte esprimono il bisogno di capirne di più e di essere maggiormente attrezzati rispetto agli strumenti necessari per affrontare con efficacia le differenti situazioni. Pur presentando singole specificità per ciascun istituto, l'indagine indica la strada da



La sala gremita durante l'incontro del 5 giugno 2023 a Trento con Alberto Pellai, Paolo Picchio e Paolo Torelli

intraprendere che non può che essere quella della responsabilizzazione, del rispetto reciproco dei ruoli, dell'informazione, della disponibilità a mettersi in gioco e magari a dare il buon esempio come adulti di riferimento. Essere certi che ad ogni azione segue una reazione che vuole e deve essere educativa, rassicurata, protegge ed aiuta a vivere un contesto con maggiore serenità.

sono a rischio. Così mi sono impegnato per l'approvazione della prima legge europea per la prevenzione e il contrasto del cyberbullismo. Una legge però non basta per sensibilizzare i giovani sul fenomeno. È necessario un impegno civico costante per reggere la sfida educativa più importante del terzo

millennio: **l'educazione alla cittadinanza digitale delle nuove generazioni.**

E così, nel 2018, Picchio fa nascere la Fondazione Carolina che grazie ad un gruppo di professionisti si occupa di insegnare agli alunni e alunne di tutte le scuole italiane un utilizzo

corretto, positivo e consapevole della tecnologia e dei social media "perché non ci siano più Caroline".



"La lettera di mia figlia non poteva rimanere chiusa in un cassetto, se un gesto simile ha colpito lei, così forte e vincente - ha pensato Picchio - tutti

“L’assegno unico vale di più”, l’iniziativa sociale pensata da Sait e Famiglie Cooperative per chi percepisce

l’Assegno Unico erogato dalla Provincia Autonoma di Trento, è stata rinnovata anche quest’anno.

L’iniziativa permette a chi percepisce l’Assegno Unico di accedere ad uno scon-

to del 5% sulla spesa (on-line o in negozio) nel rispetto della più totale riservatezza.

L’ASSEGNO UNICO PROVINCIALE

L’Assegno unico provinciale consiste in un aiuto economico erogato dalla Provincia Autonoma di Trento alle famiglie residenti in Trentino in cui siano presenti figli mino-

particolari della vita: il mantenimento, la cura, l’educazione e l’istruzione dei figli; le esigenze di vita dei componenti invalidi; un sostegno alla natalità. **Per le famiglie che nel 2023 hanno avuto o avranno il terzo figlio, è previsto quest’anno un contributo straordinario di 5.000 euro.**

Per avere accesso all’Assegno unico è necessario essere in possesso di un indicatore ICEF al di sotto di specifiche soglie e rinnovare la domanda ogni anno.

L’Assegno unico provinciale e l’Assegno unico e universale per i figli sono due misure diverse e compatibili tra di loro. Ciò vuol dire che le famiglie con figli che hanno diritto all’Assegno unico e universale – la misura introdotta a livello nazionale da marzo 2022, che ha sostituito, accorpandole in un’unica prestazione, i sostegni alla genitorialità, come le detrazioni fiscali per figli a carico fino ai 21 anni, l’Assegno al Nucleo Familiare e gli Assegni

Sait e Famiglie Cooperative per la comunità Nelle Coop l’Assegno unico vale di più

Nei negozi Coop Trentino, Famiglia Cooperativa e Coop Superstore i soci che percepiscono l’Assegno Unico Provinciale hanno diritto a uno sconto del 5% sulla spesa

DIVENTARE SOCI

Chi percepisce l’Assegno Unico Provinciale ed è socio di una Famiglia Cooperativa ha diritto ad uno sconto del 5% sulla spesa. Chi percepisce l’Assegno Unico Provinciale ma ancora non è socio può chiedere in negozio di diventarlo: riceverà, come segno concreto di benvenuto, un buono spesa elettronico di 25 euro (caricato sulla Carta In Cooperazione)

to del 5% sulla spesa nei negozi Coop Trentino, Famiglia Cooperativa e Coop Superstore fino al 30 giugno 2024.

“L’assegno unico vale di più” si rivolge ai soci della Cooperazione di consumo trentina, possessori di Carta In Cooperazione, ma chi ancora non è socio di una Famiglia Cooperativa può chiedere di diventarlo: riceverà in omaggio un buono spesa elettronico di 25 euro (caricato sulla Carta In Cooperazione).

Lo sconto del 5% viene erogato automaticamente alla cassa anche su più spese, fino al raggiungimento di una soglia mensile, variabile a seconda dell’assegno unico percepito.

COME SI ACCEDE ALLO SCONTO DEL 5%

Per ottenere lo sconto sulla spesa basta registrarsi sul portale www.laspesainfamiglia.coop, oppure chiedere al Coop Superstore e nei negozi e supermercati Coop Trentino e Famiglia Cooperativa che aderiscono all’iniziativa. La registrazio-

2023

L'ASSEGNO UNICO
Vale di più

in Cooperazione

Sei Socio di una Famiglia Cooperativa e percepisci l'Assegno Unico Provinciale erogato dalla Provincia Autonoma di Trento? Allora la tua spesa vale di più. Coop Trentino e Famiglia Cooperativa ti riservano uno sconto del 5% sulla tua spesa* fino al 30 giugno 2024. Registrati sul portale www.laspesainfamiglia.coop o direttamente nei punti vendita aderenti. Perché in Cooperativa, il valore delle persone è il valore più importante. Ed unico.

coop Trentino

FAMIGLIA COOPERATIVA

“ Da maggio è possibile presentare domanda per ottenere l’Assegno unico provinciale 2023 con decorrenza dal 1° luglio 2023 al 30 giugno 2024. La misura – per famiglie con figli minori o soggetti invalidi, e per nuclei con basso reddito – è compatibile con l’Assegno unico e universale per i figli nazionale ”

familiari, il bonus bebè, il premio alla nascita – possono ottenere anche l’Assegno unico provinciale.

ri o soggetti invalidi, o ai nuclei familiari a basso reddito.

Si compone di una quota A, ovvero una quota “universalistica di sostegno al reddito”, – finalizzata a garantire una condizione economica sufficiente a soddisfare i bisogni generali della vita dei nuclei familiari – e di una quota B e C, dirette a sostenere la spesa necessaria al soddisfacimento di bisogni

in entrambi i casi bisogna fare richiesta tramite i Patronati e tramite il CAF per il calcolo dell’ISEE, nel primo caso, e dell’ICEF, nel secondo caso.

Info

Per accedere allo sconto del 5 per cento: www.laspesainfamiglia.coop/L-assegno-unico-vale-di-piu/

Nel tentativo di contenere lo scontrino, c'è una voce di spesa che dovremmo cercare non solo di preservare, ma di aumentare: quella per la frutta e la verdura. Esiste infatti una relazione chiara tra quante ne mangiamo e il nostro benessere cardiovascolare. «Già da un decennio, lo studio Epic, finanziato dall'Unione Europea, ha reso noto che chi consu-

rate e raccomandate 5 porzioni al giorno di frutta e verdura.

Se il carrello dell'ortofrutta è sempre più leggero, si deve anche ai prezzi. Secondo l'Ismea, l'anno scorso i costi dei mezzi correnti necessari per la produzione di prodotti ortofrutticoli freschi – come energia, carburanti, fertilizzanti, sementi – hanno registrato forti incrementi su base annua (+22%).

Aumento dei prezzi e salute

Se il clima devasta frutta e verdura

Gli effetti del cambiamento climatico arrivano nel carrello della spesa, ma nel tentativo di risparmiare non va ridotto il consumo di frutta e verdura, perché esiste una relazione chiara tra quante ne mangiamo e il nostro benessere

di Paola Minoliti

ma **più di 569 grammi di parte edibile di frutta e verdura al giorno ha un rischio di morire di malattie cardiovascolari inferiore del 15% rispetto a chi ne consuma meno di 249 grammi** – spiega **Roberto Della Casa**, professore di marketing e gestione dei prodotti agroalimentari nella sede di Forlì della facoltà di Economia dell'Università di Bologna –. *Inoltre, ogni 200 grammi di frutta e verdura al giorno in più, il rischio di morte per malattie cardiovascolari diminuisce ben del 9%.*

Invece, purtroppo, i consumi di ortofrutta in Italia da vent'anni a questa parte continuano a diminuire: «Ogni punto in più di inflazione – evidenzia **Claudio Mazzini**, responsabile Freschissimi di Coop Italia – si traduce in mezzo punto in meno di consumi». Con effetti negativi sia sulla salute dei consumatori, sia sulla spesa sanitaria, come dimostra uno studio presentato di recente dal professor Della Casa.

QUANTI GRAMMI A TESTA

Nel 2022, l'acquisto pro capite di ortofrutta in Italia – riferisce l'Istituto di Servizi per il Mercato Agricolo Alimentare (Ismea) – è stato di 126 chili, con una spesa di 313 euro: circa 345 grammi a testa al giorno, che equivalgono a una parte edibile di **meno di 270 grammi** (si stima che solo l'80% del peso sia consumabile). Quantitativi lontani dai 4-500 grammi considerati la porzione quotidiana ideale, da raggiungere con le famige-

Gli effetti non si sono fatti attendere, con aumenti medi dei prezzi **al dettaglio di circa il 7%**. Così, mentre nel 2022 la spesa per l'ortofrutta degli italiani è arrivata a 18,4 miliardi di euro (+4,1% rispetto al 2021), i quantitativi di frutta e verdura consumati sono diminuiti a 7,4 miliardi di chili (-2,7%). Insomma, abbiamo speso di più per mangiarne di meno. Il taglio ha riguardato soprattutto uve (-6%), pomodori (-4,4%) e patate (-1,3%), mentre sono cresciuti gli acquisti di mele (+3,1%) e kiwi (+0,2%). Non va meglio quest'anno: a marzo, erano ancora in calo le quantità di ortofrutta acquistate (-3,4%), mentre la spesa è stata sostanzialmente stabile (-0,1%).

“ **Di pari passo con il calo dei consumi di frutta e verdura aumentano malattie cardiovascolari e spesa sanitaria** ”

A incidere sul costo di frutta e verdura ci si sono messe pure le gelate di marzo e inizio aprile, la siccità e poi le alluvioni che hanno sommerso a maggio l'Emilia-Romagna. In pratica, gli effetti del cambiamento climatico stanno arrivando nel carrello della spesa.

«Ci saranno impatti devastanti sia sulla quantità che sulla qualità di pesche, ciliegie, albicocche – prevede Mazzini – con danni permanenti non solo ai frutti di questa stagione ma anche alle piante, quindi di lungo periodo. I prezzi saliranno e i consumi ne risentiranno». A salvare la stagione delle albicocche potrebbe essere la produzione del Sud Italia, secondo il presidente



di Ismea **Angelo Frascarelli**: «Ma potrebbe esserci invece scarsità di **pere**. La siccità in inverno è un problema relativo, molto dipenderà dal clima in primavera e in estate».

100 MILA DECESSI EVITABILI

Che impatto ha questo calo dei consumi sulla nostra salute? Lo studio del professor Della Casa fornisce dati impressionanti. Rispetto a oggi, nel 2000 gli italiani mangiavano quasi **un etto in più** di frutta e verdura al giorno: 361 grammi a testa. Nel 2014 questo quantitativo era già sceso a 303 grammi al giorno: «Se si ipotizzasse un effetto cumulato sulla salute – afferma Della Casa – teoricamente la crisi dei consumi di ortofrutticoli dal 2000 al 2014 sarebbe stata responsabile di circa 52 mila morti dovute a malattie cardiovascolari, per un impatto sulla spesa sanitaria totale di 3,4 miliardi di euro».

Proiettando questi risultati al giorno d'oggi, otto anni dopo, i numeri sono ancora più allarmanti: «Purtroppo gli ultimi dati sui consumi ci portano a un 2022 ancora peggiore, visto che i consumi sono ulteriormente diminuiti. Se oggi fossimo arrivati a 503 grammi a testa, 200 in più del 2014, avremmo evitato ben 100 mila decessi e una spesa sanitaria di 8,9 miliardi di euro. È **una sconfitta** per tutto il sistema paese, dovuta anche al fatto che la filiera dell'ortofrutta non ha saputo comunicare in modo chiaro e appropriato l'importanza di questi alimenti per incoraggiare i consumi. Invece bisogna creare nuove abitudini: come è possibile che in un paese dove le arance sono un orgoglio nazionale, bere una spremuta fresca sia un fatto occasionale?». (consumatori.e-coop.it)

“**B**uoni Pop” è l’iniziativa in nome della convenienza e della qualità del nuovo prodotto a marchio Coop!

Si chiama “Buoni Pop” perché i prodotti Coop, oltre a essere “buoni dentro”, sono anche più risparmiatori.

Sono tanti i prodotti che Coop ha ripensato recentemente, innovando e ampliando la propria offerta per rispondere ai nuovi bisogni, alle nuove modalità di acquisto, ai nuovi contesti, così cambiati negli ultimi anni.

Non sono però cambiate le caratteristiche che distinguono i **prodotti a marchio Coop: la qualità, la sicurezza, la convenienza, la trasparenza, il rispetto per le persone, l’ambiente, gli animali, il territorio.**

Per provare i nuovi prodotti Coop o fare scorta di quelli più amati arriva ora “Buoni Pop”, l’imperdibile iniziativa nei negozi

PREZZI POP
coop

5€
buono spesa

**DA USARE SU UNA SPESA MINIMA DI 15€
SOLO SUI PRODOTTI A MARCHIO COOP
OFFERTE ESCLUSE**

DAL 3 AL 9 LUGLIO

coop Trentino coop Superstore FAMIGLIA COOPERATIVA

Fino al 23 luglio 2023

Arrivano i “Buoni Pop”: i buoni spesa per i tuoi prodotti Coop

Dal 26 giugno al 23 luglio nei negozi Coop Trentino, Famiglia Cooperativa e Coop Superstore arriva “Buoni Pop”, uno sconto speciale su tutti i prodotti a marchio Coop

Coop Trentino, Famiglia Cooperativa e Coop Superstore: **per ogni 15 euro di spesa su qualsiasi tipo di prodotto si riceve un buono spesa da 5 euro per acquistare 15 euro di prodotti a marchio Coop (offerte escluse).**

LE SETTIMANE DEI “BUONI POP”

L’iniziativa prenderà il via **26 giugno** e si ripeterà ogni due settimane:

- dal **26 giugno al 2 luglio** fai la spesa e ricevi il buono spesa di 5 € (acquisto minimo di 15 €), da spendere **dal 3 al 9 luglio** su 15 euro di prodotti a marchio Coop (offerte escluse)
- dal **10 al 16 luglio** fai la spesa e ricevi il buono spesa di 5 € (acquisto minimo di 15 €) da spendere **dal 17 al 23 luglio** su 15 euro di prodotti a marchio Coop (offerte escluse)

I NUOVI PRODOTTI COOP

I nuovi prodotti Coop vogliono offrire nuove soluzioni ai nuovi bisogni delle persone:

vedete sugli scaffali sono più invitanti e capaci di raccontare la qualità e la bontà che c’è dentro, con l’immagine del prodotto in bella vista, immediatamente riconoscibili sugli scaffali con definizioni che indicano bene il contenuto e orientano al meglio le scelte delle persone.

Chi considera decisiva la **convenienza**, chi non vuole sprecare e guarda alla **sostenibilità**, chi è più attento alla **salute** e al **benessere**, magari in cerca di prodotti con più fibre e meno colesterolo, “senza” qualcosa o con “l’aggiunta” di qualcos’altro, chi ama il **biologico**, chi ha fiducia nei prodotti del proprio **territorio**, chi, invece, è aperto alla sperimentazione di gusti insoliti, chi cerca **prodotti d’eccellenza** a un prezzo accessibile.



I PRODOTTI COOP: A TUTELA DEL POTERE D’ACQUISTO

I prodotti a marchio Coop sono oggi un importante strumento di tutela del potere d’acquisto dei consumatori che Sait-Coop e Famiglie Cooperative mettono in campo per far fronte all’inflazione e all’aumento generalizzato dei prezzi.

I prodotti Coop assicurano infatti un risparmio medio del

prodotti moderni e con i valori di sempre che solo Coop può garantire, con l’obiettivo di assicurare il **miglior prodotto possibile, ma al giusto prezzo.**

Le nuove confezioni dei prodotti Coop che

30% rispetto agli analoghi prodotti di marca industriale, e uniscono alla convenienza la garanzia di qualità, la sicurezza, il rispetto dell’ambiente e delle persone.

Alluvione Emilia Romagna e Marche Un aiuto per riemergere dalla devastazione

Il Consorzio Sait è con Coop al fianco della popolazione dell'Emilia Romagna e delle Marche colpita dall'alluvione

Il Consorzio Sait è con Coop nella campagna di solidarietà a sostegno della popolazione colpita dall'alluvione in Emilia Romagna e nelle Marche.

La campagna di solidarietà prevede lo stanziamento di un milione di euro e una raccolta fondi, partita sabato 20 maggio, tra i soci e i consumatori, che possono donare i loro aiuti direttamente alle casse dei punti vendita **Famiglia Cooperativa, Coop Trentino e Coop Superstore**, oppure attraverso il conto corrente dedicato (Unicredit, IBAN: IT 94 T 02008 05364 000106764648 causale "Raccolta Fondi Alluvione Romagna e Marche). Subito soci e consumatori trentini hanno aderito all'appello, partecipando con donazioni che

hanno raggiunto a oggi la somma di 33.000 euro. I fondi saranno destinati a un intervento di ricostruzione in accordo con le autorità interessate. Partita anche un'attività di sostegno fra tutti i dipendenti delle cooperative a favore dei colleghi di Coop Alleanza 3.0 e Coop Reno che hanno subito danni dall'emergenza attraverso la donazione di ore di lavoro.

Info
<https://www.coop.it/sostegno-alluvione>



Alluvione Emilia Romagna La carica solidale dei 160 agricoltori della Val di Non

Il consorzio Melinda ha subito raccolto l'adesione di decine di coltivatori della valle trentina per aiutare i colleghi romagnoli

Il 26 maggio 2023 hanno percorso la strada che separa la Val di Non e i territori più colpiti dalle alluvioni dell'Emilia Romagna, portando con loro un ammontare incalcolabile di solidarietà, di spirito d'iniziativa e tutti i materiali e macchinari che avevano a disposizione utili in una situazione di emergenza: mezzi pesanti, escavatori, bobcat, pompe idrovore, badili, secchi fino ai fari e a piccoli gruppi elettrogeni per essere il più possibile autonomi negli interventi. E poi, inevitabili, anche alcuni contenitori carichi di mele. Si sono presentati così i **160 agricoltori trentini**, aderenti al Consorzio Melinda, che hanno raggiunto subito dopo l'alluvione Faenza.

A stupire non è tanto il senso di solidarietà quanto il fatto che, ai loro occhi, nulla di tutto questo appaia straordinario. "Chi coltiva quo-



tidianamente la terra – ripetono a chi glielo fa notare – sa quanto le condizioni meteo possano essere inclementi, soprattutto con l'avanzare dei cambiamenti climatici". E poi in Trentino l'abitudine al volontariato è radicata, tanto da diventare un marchio distintivo. Tutto nasce nelle ore immediatamente successive alle alluvioni: i primi partire sono stati gli agricoltori della cooperativa COL di Sporminore (TN), una delle 16 aderenti

al Consorzio Melinda; hanno raggiunto Faenza per soccorrere i lavoratori dell'azienda agricola locale Zama, attiva nella produzione di miele artigianale; hanno aiutato a liberare i capannoni allagati. Per solidarietà, e per lungimiranza: ogni anno infatti l'azienda Zama, durante la fioritura dei meleti, fornisce agli agricoltori trentini **220 alveari** che vengono disposti strategicamente nei campi creando

così una sinergia tra le piante e le api. La presenza di queste ultime favorisce la resa delle colture e contribuisce al tempo stesso alla produzione del miele.

La loro iniziativa ha poi spinto tutto il sistema Melinda a pensare a un'iniziativa più strutturata: in poche ore "abbiamo ideato un'app tramite la quale ogni socio e amico di Melinda si poteva registrare, segnalando i giorni di disponibilità"

spiega il presidente di Melinda, Ernesto Seppi, giunto in Romagna insieme agli agricoltori volontari. La proposta ha ricevuto subito decine e decine di adesioni: melicoltori ma anche dipendenti del consorzio. Molti dei quali **Vigili del Fuoco volontari**. Alcuni sono arrivati con i figli minorenni, desiderosi di provare un'esperienza che sicuramente può farli crescere come persone e cittadini.

(Fonte: Ufficio Stampa Melinda)

Continua il sostegno di Sait-Coop Trentino agli allievi dei Vigili del Fuoco, secondo il progetto avviato nel 2019; quest'anno la partecipazione è stata al Campionato Provinciale CTIF Tradizionale 2023, che si è tenuto sabato 27 maggio a Borgo Valsugana. I Vigili del Fuoco Volontari sono un fonamen-



Nelle foto: un Gruppo di Allievi premiati da Sait-Coop Trentino e un momento della competizione CTIF a Borgo Valsugana il 27 maggio 2023

Famiglie Cooperative e Vigili del Fuoco Volontari **Sait-Coop Trentino con gli allievi dei vigili del fuoco**

La Cooperazione di Consumo Trentina sostiene la formazione degli allievi dei Vigili del Fuoco Volontari: una "scuola" di educazione al rispetto dell'ambiente e alla responsabilità nei confronti della comunità e del territorio

tale punto di riferimento ovunque in Trentino: sono infatti ben 239 i Corpi Vigili del Fuoco Volontari in provincia, tutti in località diverse. Una presenza capillare che risponde ai bisogni di un territorio particolare come quello Trentino, immerso nelle Alpi, e fitto di piccoli paesi, e di montagne, valli, boschi e fiumi. La stessa presenza capillare caratterizza anche le Famiglie Cooperative, e il sistema della Cooperazione di Consumo Trentina che con la sua rete di circa 360 negozi è da sempre al servizio delle comunità, anche quelle più piccole: ancora oggi in 220 paesi del Trentino il negozio della Cooperazione di Consumo Trentina è l'unico ad offrire un servizio che altrimenti mancherebbe.

Queste affinità hanno portato la Cooperazione di Consumo Trentina a scegliere di sostenere concretamente Vigili del Fuoco Volontari, e in particolare gli allievi, ragazzi e ragazze dai 10 ai 18 anni di età.

LA COMPETIZIONE C.T.I.F.

Attorno al 1900 nasce in Francia un Comitato internazionale che protocolla alcune regole base per lo spegnimento di un incendio; al suo interno un apposito organo si occupa di competizioni per Vigili del Fuoco che hanno come obiettivo il **perfezionamento della preparazione dei pompieri**: la manovra C.T.I.F. rientra tra queste competizioni.

La gara si distingue in due fasi: nella

prima prova viene simulato l'attacco a un incendio con motopompa a secco, stendimento tubazioni di aspirazione e mandata; la seconda prova invece è una vera e propria staffetta (8x50 metri) con tre ostacoli: una trave, una barriera e infine un tubo da attraversare in corsa.

La squadra è composta da 9 vigili, più eventuale riserva; a ogni vigile è attribuito un compito che deve eseguire in assoluto silenzio, massima precisione e completa autonomia; tutta la manovra viene cronometrata e controllata da una apposita giuria che ha il compito di segnalare eventuali errori o imprecisioni che comporteranno penalità.

Il campionato provinciale CTIF, nelle specialità "allievi" (ragazzi di età compresa tra i 10 ed i 16 anni che al compimento dei 18 anni puntano a diventare vigili del fuoco) e **"tradizionale"** (vigili del fuoco in servizio attivo), **si rivolge quindi agli aspiranti vigili del fuoco e ai vigili del fuoco volontari in servizio attivo:** un'occasione in cui entrambe le categorie mettono in mostra abilità e competenze. In particolare per gli allievi è un'attività di avvicinamento all'attività che svolgeranno una volta diventati vigili del fuoco volontari effettivi al compimento dei 18 anni.

A Borgo Valsugana sono state 44 le squadre allievi che hanno partecipato al campionato; 11 le formazioni di "adulti" che hanno invece gareggiato nel settore tradizionale. Ciascuna squadra è composta da 10 allievi/vigili del fuoco in servizio attivo e proviene provengono da varie zone del Trentino. Sait-Coop Trentino ha premiato tutti gli allievi con una borsa di prodotti a marchio Coop.



Lettere

A proposito del lupo

Il “Punto di vista” di Giuseppe Ciaghi del numero della rivista di giugno ha generato reazioni diverse che corrispondono alle diverse sensibilità. Riportiamo in queste pagine i messaggi ricevuti su quanto espresso da Ciaghi e alcuni esempi delle informazioni offerte dal portale curato dalla Provincia Autonoma di Trento (<https://grandicarnivori.provincia.tn.it>) e dedicato appunto ai grandi carnivori in Trentino e ai relativi progetti.

Sicuramente ognuno di noi condividerà che è necessario trovare nuove soluzioni, a cominciare da quelle previste originariamente nei progetti di gestione, per permettere una convivenza serena delle persone con questi particolari animali.

Gentile Cristina Galassi,

Ho appena terminato di leggere “Il lupo”, il punto di vista di Ciaghi, sul mensile della Cooperazione di consumo trentina. Anche se siamo vecchi io e mia moglie desideriamo, con tutto il cuore, esternare le nostre sincere congratulazioni per un articolo chiaro, comprensibile per tutti e che condividiamo in toto. Se possibile, ringrazi tutto il Comitato di redazione. Grazie e cordialità, con i nostri migliori auguri di buone e serene giornate.

Due bisnonni della Val di Ledro

Egregio Direttore Giuseppe Ciaghi,

da anni leggo con interesse i suoi interventi sul mensile della cooperazione di consumo. Tuttavia, non mi sento di condividere il suo editoriale del mese di giugno.

Sono Stefano Libera e provengo da una famiglia che è lo spaccato della comunità rurale trentina. Emigrata in Brasile a fine '800, rientrata in Italia e coinvolta in due guerre mondiali intervallate dalla grande crisi del 1929 a causa della quale persero tutto. Nel dopoguerra grazie alla cooperazione e all'autonomia riuscirono a beneficiare di quel riscatto sociale ed economico che tuttora investe il Trentino.

Non mi ritengo un ambientalista “da divano”: anche se sono in pensione coltivo dei vigneti in collina ad Avio, sfalcio e pulisco dei prati sul Monte Baldo e taglio la legna per l'uso di casa e con altri soci della Sat, curo la manutenzione dei sentieri nel nostro comune. Inoltre sono amministratore in due Coop locali. Mi sono avvicinato al mondo del lupo nel 2020/2021 partecipando al censimento nazionale dei lupi promosso da ISPRA con la collaborazione del Muse di Trento. Per sei mesi abbiamo monitorato il branco di quattro animali presenti sul Baldo. Aggiungo che il lupo in Trentino è arrivato in modo del tutto naturale sui Lessini di Ala con l'incontro di un esemplare maschio proveniente dalla Slovenia e una femmina dagli Appennini. Dunque non c'è stata alcuna reintroduzione artificiale nel territorio trentino. Sono stato molto colpito da quanto è accaduto al giovane Andrea Papi a Caldes, anche perché sono solito andare spesso da solo nel bosco durante ogni stagione. Capisco il valore non solo economico, ma anche affettivo degli animali predati, ogni tanto anch'io trovo il pollaio svuotato dalla volpe.

Dobbiamo trovare una soluzione di convivenza tra animali e uomini, affidandoci ad enti ed esperti che ne sanno più di noi. Negli ultimi mesi le problematiche relative ad orsi e lupi sono sempre in prima pagina, mentre altri fattori di rischio lo sono meno. In primis, l'invasione dei cinghiali in basso Trentino

Grandi carnivori in Trentino

Su <https://grandicarnivori.provincia.tn.it/Comunicazione/FAQ> domande e risposte per saperne di più. Ecco alcuni esempi

IL LUPO

I lupi sono stati reintrodotti sulle montagne trentine?

No, il lupo è ritornato sulle Alpi in modo spontaneo a partire dai primi anni '90 quando, attraverso la Liguria, lupi di provenienza appenninica hanno raggiunto il Piemonte e la Francia. Dalle Alpi occidentali si è gradualmente intensificato un flusso di singoli lupi in dispersione verso la Svizzera e le Alpi centro orientali. Sulle Alpi centro orientali (di cui il Trentino fa parte) sono arrivati spontaneamente, a partire dal 2010 circa, anche singoli individui di lupo provenienti da est. Ne è un esempio Slavc, lupo maschio radiocollare in Slovenia meridionale nel 2011, spontaneamente migrato in Lessinia (al confine tra Veneto e Trentino) dove, incontrando una lupa di origine italica (proveniente dalle Alpi occidentali) nel 2013 ha costituito il primo branco gravitante in quest'area della catena alpina. Da questo branco, anno dopo anno,

sono partiti molti dei fondatori di nuovi branchi ora presenti in Trentino. Tali spostamenti di singoli esemplari, sia maschi che femmine (a differenza che per l'orso, dove gli ampi movimenti esplorativi sono fatti solo dai maschi) sono tipici della specie e ne determinano la grandissima capacità di ricolonizzare località anche distanti dai luoghi di vita delle popolazioni di origine: regolarmente, giovani adulti abbandonano il nucleo familiare per esplorare il territorio, in movimenti detti “di dispersione”, che possono in qualche caso raggiungere l'ordine di grandezza delle centinaia di chilometri. Laddove un esemplare solitario e in dispersione sopravviva fino a incontrare un esemplare di sesso opposto, questi possono costituire una nuova coppia, monogama, e da quel momento in poi territoriale, che si stabilisce su un'area priva di altri branchi di lupi dove, riproducendosi e difendendo il territorio, formerà un nuovo branco.

La ricolonizzazione del lupo sulle mon-

tagne trentine è peraltro inserita in un fenomeno che sta avvenendo su scala addirittura continentale: in buona parte d'Europa si sta verificando un rapido e diffuso ritorno della specie, dovuto alle migliori condizioni delle foreste rispetto al passato, all'abbondante disponibilità di specie preda (in particolare ungulati selvatici), al quadro normativo vigente e alla maggiore accettazione della specie da parte dell'uomo.

I lupi sono pericolosi per l'uomo?

Pur dovendosi considerare il lupo sempre come un animale selvatico dal quale è dunque opportuno mantenersi a distanza, di norma esso, animale schivo ed elusivo di per sé, non attacca l'uomo, non lo riconosce come possibile preda, bensì come una minaccia da cui allontanarsi velocemente. Dunque, in caso di incontro con l'uomo, nella maggior parte dei casi si dilegua senza manifestare alcun comportamento di aggressività. Ciò vale sia per lupi solitari che per gli

(rilasciati a scopo venatorio), che oltre ad attacchi mortali in tutta Italia, sono portatori della peste suina. Cinghiali che, tra l'altro, sono contenuti proprio dai lupi. In secondo luogo, la morte dei due cacciatori in val di Pejo su cui si è subito voltata pagina. E infine, l'inquinamento atmosferico lungo la valle dell'Adige che sta causando decine di morti premature negli abitanti, con Trento che si trova verso il fondo della classifica della qualità dell'aria.

Anche Reinhold Messner alla festa dell'Euregio, tenutasi ad Ala, ha sottolineato il problema dei grandi carnivori e i timori degli allevatori, ma ha trascurato l'effetto del traffico sulla A22, che si somma ad altri fattori di inquinamento. Le autorità del Tirolo pongono pesanti limitazioni al passaggio dei camion, non per ostacolare economicamente l'Italia, ma per salvaguardare le popolazioni che vi abitano, mentre da noi tutto tace.

Forse non sono solo orsi e lupi a rendere difficile vivere in montagna, ma il nostro modello di sviluppo. Proprio nel paese natale di Don Guetti abbiamo visto il disimpegno della cooperazione nei piccoli centri.

Bisogna quindi impegnarsi per ripensare in modo attuale l'azione del modello cooperativo con nuove sfide, come le comunità energetiche e le cooperative di comunità, di cui si vede già qualche positiva realtà.

Stefano Libera, Cooperatore di Avio

Egregio direttore,

voglio riprendere il suo articolo pubblicato su Cooperazione tra consumatori di giugno 2023, per alcune osservazioni riguardo il punto di vista titolato "Il lupo".

Innanzitutto il lupo non è "cattivo, infido e feroce" come lei cita, il lupo è il lupo, è una creatura che si nutre di altri animali che come noi, organizza la sua società in un ambiente che lo accoglie e gli

consente di vivere e riprodursi e armonizzarsi come del resto fa ogni essere vivente.

Lei dice "rappresenta un pericolo, una minaccia costante per tutti e un'insidia permanente ...".

Va gestito. La gestione del territorio deve essere una priorità e ricordiamoci che l'introduzione di orsi e lupi in Trentino è stata soprattutto un'operazione di marketing per attirare i turisti!

Lei dice "nelle pertinenze di alcuni masi di mezza montagna ha ucciso e sbranato un cervo"

Non mi scandalizzo che il lupo abbia sbranato un cervo: mi scandalizza il fatto che i cacciatori ne possano fare strage in nome della "selezione"!!

Lei parla degli "ultimi accadimenti che stanno a dimostrare che non c'è compatibilità tra uomo e orso e tra uomo e lupo in aree fortemente antropizzate".

Ma non si è mai documentato sui morti da punture di vespe o di api? Dobbiamo quindi sterminare api e vespe per questo?

E chi muore per avvelenamento da funghi, sotto le valanghe o scivolando su un sentiero impervio e quante altre insidie la natura ci propone lungo il nostro cammino?

Gli ultimi accadimenti... e io ribadisco, gli ultimi accadimenti

ci impongono una riflessione sul rispetto della natura e se vogliamo disturbare don Guetti per discutere sul problema della "desertificazione delle valli"... beh, vediamo di spostare il nostro sguardo su ben altri problemi, che né lupi né orsi sono certamente responsabili!

Spero che la mia lettera venga pubblicata sul prossimo numero per dare dignità a orsi, lupi e persone che come me amano la natura e la rispettano per ciò che è.

Graziana Pedrolli

*socia e amministratrice della
Famiglia Cooperativa Valle dell'Adige*

esemplari che fanno parte di un gruppo famigliare/branco.

Se siamo intimoriti dalla sua presenza è possibile far rumore, con la voce o altro, così da indurlo ad allontanarsi. Nel caso in cui, invece, l'animale sia lontano da noi, restiamo fermi in silenzio, riprenderà presto la sua strada.

Il timore nei confronti dell'uomo è stato maturato dal lupo in seguito a secoli di persecuzione diretta da parte dell'uomo; soprattutto negli ultimi 200 anni lo sviluppo delle armi da fuoco ha portato all'eradicazione del lupo da intere regioni e alla permanenza di pochi esemplari in altre. Secondo diversi studiosi, tuttavia, il regime di totale protezione in vigore in alcuni paesi d'Europa ormai da diversi decenni potrebbe ridurre la paura del lupo nei confronti dell'uomo. Sono infatti diversi ed apparentemente in aumento (mancano peraltro ancora dati solidi) i casi in cui vengono segnalati lupi confidenti, che non fuggono immediatamente ma che anzi tollerano la vicinanza dell'uomo anche a distanze ridotte e anche di giorno. Ancora, alcuni studiosi ritengono che una gestione che comprenda anche la possibilità di derogare alla protezione asso-

luta della specie, per esempio mediante abbattimenti mirati, possa contribuire a mantenere nel lupo un livello di diffidenza nei confronti dell'uomo opportuno in un contesto densamente abitato come per esempio quello alpino.

La LCIE – Large Carnivore Initiative for Europe della IUCN – International Union for the Conservation of Nature, ha recentemente stilato una tabella caratterizzante i progressivi gradi di potenziale pericolosità del lupo, in base ai comportamenti palesati da singoli esemplari o da branchi.

L'ORSO

Perché non si è chiesto cosa ne pensava la gente del posto prima di liberare gli orsi?

Una verifica di questo tipo è stata effettuata, in quanto ritenuta **imprescindibile** in primis dallo **Studio di Fattibilità** predisposto prima del progetto *Life Ursus*. Due **indagini** statisticamente robuste sono state pertanto svolte dal maggior istituto demoscopico in Italia (**Doxa**) **prima della realizzazione delle reintroduzio-**

ni, nel 1997, e subito dopo, nel 2003.

In entrambi i sondaggi, **oltre il 70% degli intervistati delle valli del Trentino occidentale (esclusi gli abitanti delle città di Trento e Rovereto)** si dichiarò **favorevole alla presenza dell'orso.**

Un ulteriore sondaggio effettuato nel **2011** evidenziò invece un'**inversione di tendenza**, registrando una maggioranza di residenti contraria alla presenza dell'orso.

Com'è possibile eliminare o ridurre i danni provocati dall'orso?

I danni **possono essere ridotti di molto**, ma non eliminati del tutto. Animale **opportunist**, l'orso può essere attratto dal **bestiame domestico**, dagli **alveari**, dalle **piante da frutto**. Nella maggior parte dei casi, però, l'adozione di **misure di prevenzione** (recinzioni elettriche, cani da guardiania) **opportunitamente installate e gestite** possono **ridurre drasticamente le probabilità** di avere dei danni. È chiaro invece che il **pascolo ovcapri-no brado** (vale a dire senza custodia, neppure notturna, durante la stagione dell'alpeggio) **non è compatibile** con la presenza dei grandi carnivori.



**TI RICARICHI
FACENDO LA SPESA**

con

Autoricarica con la Spesa

Ogni **250** punti
ti ricarichi di **5€**



coopvoce
Comunicare è semplice

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

A Pieve di Transacqua il 10 giugno si è tenuta l'assemblea annuale della Famiglia Cooperativa di Primiero. Il bilancio 2022 è stato approvato con voto unanime dalle socie e dai soci e conferma il buono stato di salute della Cooperativa.

“Non saremo mai al passo della grande distribuzione ma – ha precisato la presidente Francesca Broch – non è questa la nostra storia e la nostra missione. Le Famiglie Cooperative hanno scelto di restare a fianco della gente, sostenere le associazioni locali, portare condivisione nei progetti di integrazione sociale. At-

Famiglia Cooperativa di Primiero

Assemblea 2023: l'impegno per la comunità

Una Cooperativa in buona salute, attiva con otto negozi in sette diverse località, 1624 soci e 37 dipendenti. Orgogliosa della sua funzione sociale e del suo ruolo nella comunità

traverso i nostri territori, a volte socialmente fragili, entriamo nelle case con la spesa, veniamo a conoscenza di bisogni cercando di andare incontro alle necessità della gente per quanto possibile, confermando in questo modo la funzione sociale della cooperazione di consumo. Faremmo un errore se tutto questo lo considerassimo scontato. Ecco perché i nostri punti vendita di Siror, Tonadico, Transacqua, Fiera di Primiero, Mis, Gosaldo ed ora anche Frassenè (inaugurato lo scorso marzo ndr) per noi sono un valore aggiunto. Lo sono perché, al suo interno, operano collaboratrici e collaboratori che vivono lo stesso territorio intercettandone i bisogni. E poi quando si tratta di garantire un servizio alla collettività non ci sono confini che tengano”.

“Lo stato di salute dell'azienda è buono – ha osservato la presidente affiancata dal vicepresidente **Mario Modonesi** – anche se il 2022 è sta-

to impegnativo per l'innalzamento dei costi fissi, legati soprattutto ai rincari dell'energia elettrica”.

L'ASSEMBLEA

La Famiglia Cooperativa di Primiero ha 1624 soci, 8 punti vendita (2 a Transacqua),



**Nelle foto:
i negozi di
Transacqua e
di Frassenè;
la presidente
Francesca
Broch e il
direttore
Marco Pradel**

37 addetti, che nei periodi di alta stagione (estiva e invernale), raggiungono le 47 unità, il direttore è **Marco Pradel**; il fatturato 2022 è stato di 10 milioni 600 mila euro, con un utile di 158mila euro.

I contenuti del bilancio sono stati presentati da **Giuliano Bernardi**, responsabile area

servizi integrati della Federazione Trentina della Cooperative e referente per il settore del consumo.

La Famiglia Cooperativa di Primiero è al servizio di queste zone **da oltre 122 anni** (dal 1° gennaio 1901). “La Famiglia Cooperativa di Primiero è il frutto di una lunga evoluzione storica ed organizzativa, grazie al lavoro, alle intuizioni e all'impegno di numerose persone, dai soci fondatori fino ai nostri giorni – è stato spiegato – Ha assunto la sua forma

attuale dal 1° gennaio 1996, con la fusione tra la Famiglia Cooperativa di Transacqua e la ex Famiglia Cooperativa di Primiero, che a sua volta, prese origine dall'unione tra la Famiglia Cooperativa di Tonadico, la prima ad essere fondata nel 1901 e la Famiglia Cooperativa di Siror”.

Nel corso della sua relazione la presidente Broch ha precisato che “chiuse definitivamente le vicende legate all'acquisto della nuova sede di Transacqua con il rogito avvenuto a inizio 2023, ora guardiamo al domani con maggiore coraggio e responsabilità verso le nostre comunità. Per il futuro l'importante sarà trovare il giusto equilibrio tra la sostenibilità economico-finanziaria dell'azienda e la volontà di riversare sul territorio più risorse. **Il ritorno ai soci è un primo segno tangibile**”.

GLI INTERVENTI

All'assemblea è intervenuta **Paola Dal Sasso**, vicepresidente della Federazione Trentina della Cooperazione per il settore del

consumo. “La Famiglia Cooperativa di Primiero è una ottima cooperativa di consumo – ha osservato – che ha fatto segnare degli ottimi risultati e presidia bene il territorio”.

Renato Dalpalù, presidente del consorzio Sait, ha “ringraziato la presidente, il consiglio di amministrazione, l'amministrazione comunale e il sistema del credito per la definizione dell'operazione Primiero Sviluppo che ha consentito alla Famiglia Cooperativa, lo scorso febbraio, di acquisire la sede, operazione che ha messo in sicurezza la cooperativa di consumo”.

Al termine dell'assemblea il Coro Sass Maor che ha proposto alcuni brani del suo repertorio: tante individualità e tante voci che, insieme, hanno dato vita a una sola armonia, esempio di cooperazione.

Nel mondo c'è una crescente consapevolezza che il cambiamento climatico e la perdita di biodiversità siano indissolubilmente legati e debbano essere affrontati insieme, in un quadro congiunto con le politiche alimentari e agricole. L'ennesima conferma

alto reddito che passassero ad una **EAT-Lancet "planetary diet"**, dieta ricca di alimenti a base vegetale che fa bene non solo all'ambiente, ma anche alla salute umana, scoprendo che "L'area necessaria agli animali per pascolare e coltivare mangime è enorme. Occupa circa l'80% di tutte le terre

be aiutarci a rimanere entro limiti ambientali sostenibili".

Di fatto "Se le nazioni ad alto reddito si allontanassero dai prodotti animali, sarebbe necessaria molta meno terra per coltivare cibo. Vaste aree potrebbero quindi tornare al loro stato naturale, con piante e alberi selvatici che tornerebbero ad estrarre carbonio dall'atmosfera".

L'autore senior dello studio, Paul Behrens dell'Universiteit Leiden, ha spiegato perché lo studio si è concentrato sulle regioni a reddito più elevato: "Questi Paesi hanno molte opzioni a base vegetale per le proteine e altri bisogni nutrizionali. Nelle regioni a basso reddito, le persone consumano meno proteine animali, ma spesso fanno affidamento su di esse per la propria salute e sopravvivenza". E così se è più difficile chiedere alle popolazioni dei Paesi in via di sviluppo di modificare la propria dieta, alle nostre latitudini il passaggio a diete a base vegetale sarebbe più facile e ridurrebbe del 61% le emissioni annuali della produzione agricola. "Inoltre, la conversione di ex terreni coltivati e pascoli al loro stato naturale eliminerebbe altri 98,3 miliardi di tonnellate di anidride carbonica dall'atmosfera entro la fine del secolo e aiuterebbe in modo significativo a mantenere il pianeta entro un riscaldamento non più di 1,5 gradi Celsius".

(unimondo.org, falacosagiustatrento.org)

La dieta vegetale fa bene alla salute e all'ambiente Con una dieta a base vegetale...

Se tutti cambiassimo il nostro stile di vita e il nostro modo di mangiare, la dieta vegetale potrebbe aiutarci a salvaguardare il pianeta

di **Alessandro Graziadei**

scientifico arriva dal recente studio "*Dietary change in high-income nations alone can lead to substantial double climate dividend*", pubblicato quest'anno su Nature Food da un team di ricercatori di Universiteit Leiden, China Agricultural University, University of Wisconsin-Madison e Wirtschaftsuniversität Wien.

Per gli autori, "Se i Paesi ad alto reddito passassero a una dieta a base vegetale, entro la fine del secolo potrebbero essere estratte dall'atmosfera quasi 100 miliardi di tonnellate di CO₂" e "Il doppio profitto del carbonio, derivante dal riportare i terreni agricoli al loro stato naturale, equivarrebbe a circa 14 anni di emissioni agricole".

Il team internazionale ha calcolato quanta terra potrebbe essere salvata da 54 Paesi ad



agricole, ovvero circa il 35% della superficie totale abitabile nel mondo".

Per il principale autore dello studio, Zhongxiao Sun questa è "**Forse una delle maggiori e più praticabili opportunità per salvaguardare la salute del Mondo.** Un rapido passaggio a diete vegetali potreb-

**RISPARMIA
CON**

**CATTOLICA
ASSICURAZIONI**

DAL 1896

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

**CHIEDI
UN PREVENTIVO
RC AUTO**



**SOCIETÀ CATTOLICA
DI ASSICURAZIONE**

AGENZIA ASSICOM SRL

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

Le microalghe sono organismi unicellulari microscopici, presenti perlopiù in ambienti acquatici, come laghi, fiumi e oceani. Sono in grado di svolgere la fotosintesi, convertendo la luce solare in energia chimica grazie al loro contenuto di clorofilla. Hanno una straordinaria diversità genetica e possono crescere rapidamente, replicandosi in breve tempo. Per la loro coltivazione si possono sfruttare sistemi

Ricerca e Sviluppo Tecnologico Agroalimentare della Catalogna, si propone di rendere la loro produzione su larga scala più efficiente ed economica. L'obiettivo è sviluppare tecnologie innovative per la coltivazione e la raccolta delle microalghe, ottimizzare i processi di estrazione e produzione, e sviluppare nuovi

Prodotti innovativi

Microalghe, un pieno di nutrienti benefici

Il progetto di ricerca europeo H2020 ProFuture sta studiando come inserire questo ingrediente, ricco di proteine e altre sostanze utili, nell'alimentazione: dalla pasta alle bevande, fino agli integratori per gli sportivi

di Chiara Faenza e Fabio Fanari



aperti, come vasche esposte alla luce solare, serbatoi chiusi, con l'utilizzo di illuminazione artificiale, o fotobioreattori, costruiti con tubi trasparenti per sfruttare la luce naturale.

PROTEINE DI ALTA QUALITÀ

Questi organismi hanno una vasta gamma di applicazioni, ma negli ultimi anni hanno attirato molta attenzione per il loro potenziale uso a tavola: possono essere impiegati come integratori, ingredienti per prodotti alimentari funzionali o come base per la produzione di alimenti alternativi. Infatti, grazie al loro alto contenuto di proteine (fino al 65% del loro peso secco) di alta qualità, contengono tutti gli aminoacidi essenziali che l'uomo non è in grado di sintetizzare da solo, e dunque si candidano come fonte proteica alternativa alla carne. Inoltre, contengono altri importanti nutrienti con effetti benefici sulla salute, come acidi grassi polinsaturi, vitamine, minerali, pigmenti e antiossidanti. Il progetto di ricerca europeo H2020 ProFuture, coordinato da Irta, Istituto per la

“ Le microalghe, grazie al loro alto contenuto di proteine (fino al 65%) di alta qualità, contengono tutti gli aminoacidi essenziali che l'uomo non è in grado di sintetizzare da solo e altri importanti nutrienti con effetti benefici sulla salute, come acidi grassi polinsaturi, vitamine, minerali, pigmenti e antiossidanti ”

prodotti alimentari e mangimi animali a base di microalghe. Il tutto valutando l'impatto ambientale di queste produzioni e promuovendone l'uso sostenibile. Dunque, all'interno del progetto sono stati formulati pasta, salsicce vegane, creme vegetali, zuppe, fette biscottate, grissini, barrette energetiche e bevande sportive. Tutti questi prodotti sono stati arricchiti con l'aggiunta di Spirulina e Chlorella vulgaris, le due specie di microalghe più comunemente utilizzate nel campo alimentare.

NUOVI PRODOTTI

Le zuppe e le creme vegetali raggiungono così un valore nutrizionale che consente di etichettarle come prodotto ad alto contenuto di proteine. Le salsicce sono state preparate con una specie di Chlorella di colore giallo, per mantenere il loro colore più possibile simile a quello tradizionale, mentre la pasta, preparata con Chlorella verde e arricchita con fibra, ricorda la pasta tradizionale preparata con l'aggiunta di spinaci o altri ortaggi. Lo sviluppo di prodotti dedicati agli sportivi, come le barrette con cioccolato e spirulina, consente di arrivare a un pubblico

molto interessato agli elementi nutrizionali salutari apportati dalle microalghe. La formulazione dei prodotti è stata condotta in un primo momento in laboratorio, analizzando le proprietà chimico-fisiche, sensoriali e la sicurezza microbiologica del prodotto. Le migliori formulazioni emerse dai test sono state quindi selezionate per essere sviluppate su scala industriale. Presto saranno sottoposte a test sensoriali con i consumatori per valutare la loro percezione sulle microalghe come ingrediente alimentare rispetto a prodotti analoghi senza microalghe, preparati con altre fonti alternative di proteine. I test verranno effettuati in Spagna, Germania e Francia, coinvolgendo in totale quasi 700 consumatori. Oltre allo studio sulla percezione delle proprietà organolettiche, saranno condotti studi di mercato per capire le reazioni dei consumatori ai prodotti di ProFuture in condizioni reali. Questo include l'analisi delle strategie di comunicazione e dei comportamenti di acquisto, grazie a un negozio online di test: qui i consumatori avranno la possibilità di fare un acquisto simulato e relazionarsi con i prodotti arricchiti con microalghe. Coop Italia partecipa al progetto di sviluppo di questo negozio online simulato, offrendo la sua esperienza e competenza, e guarda con interesse ai risultati dello studio per portare, anche nel mercato italiano, un numero sempre maggiore di prodotti con i benefici delle microalghe. (consumatori.e-coop.it)

Nel polline raccolto dalle api in Trentino ci sono, in alcuni casi, fitofarmaci e inquinanti vari, in quantità preoccupanti. I dati emersi dal biomonitoraggio svolto in Valsugana nel 2022 dall'associazione di apicoltori Apival, erano stati l'occasione per scriverne, ad aprile di quest'anno. Adesso vi raccontiamo anche le **proposte di miglioramento che Apival** sta portando in giro. Le azioni che l'associazione propone a varie componenti sociali sono diversificate.

Il biomonitoraggio degli apicoltori in Valsugana Le api e il polline inquinato: ecco cosa possiamo fare tutti

Gli inquinanti presenti nel polline possono essere ridotti. Tutti possiamo fare qualcosa. Ecco le proposte di miglioramento dell'associazione di apicoltori Apival. Per una migliore qualità ambientale

di **Maddalena Di Tolla Deflorian**

Tutti possiamo contribuire ad un pezzetto di soluzione. Elena Belli, presidente di Apival, infatti ripete sempre che non serve puntare il dito contro qualche categoria, ma piuttosto lavorare tutte e tutti insieme per migliorare. E allora noi della rivista cogliamo questa occasione e vi riportiamo l'elenco delle possibili azioni da mettere in campo.

Cittadini-consumatori. Comprare la frutta bellissima e perfetta significa orientare il settore agricolo verso produzioni convenzionali, con varietà che richiedono molti trattamenti. Orientarsi al biologico e verso prodotti non certo perfetti e meno conservabili, significa accettare una produzione che richiede un minore uso di fitofarmaci. Preferire i prodotti di nicchia del territorio piuttosto che quelli provenienti da grandi catene di distribuzione significa orientare il settore agricolo allontanandolo dalle grandi estensioni di monocultura, avvicinandolo a un'agricoltura ecosostenibile, radicata alla storia agricola del Trentino.

Livello politico provinciale. Si propone maggiore attenzione all'uso in Trentino di

fitofarmaci "sotto osservazione" dalla Comunità europea, con maggiore propensione a non usarli, in attesa del responso della scienza. Si propone di non usare i glifosati sotto osservazione perché "probabili cancerogeni" e non usati in auto tutela in altri paesi.

Servizi veterinari provinciali. Si occupa della sanità animale e dei relativi prodotti, quindi anche della qualità dei prodotti dell'alveare, polline compreso. Si propone di

che con tutti gli altri portatori di interesse, cioè i rappresentanti delle associazioni dei consumatori, delle amministrazioni locali, dei veterinari, degli organismi che si interessano di qualità ambientale. La discussione deve essere avviata senza porre vincoli procedurali quali la firma di accordi preliminari per poter accedere ai tavoli di confronto, come invece viene in questa fase richiesto dal settore frutticolo, alle associazioni degli apicoltori".

Agricoltori. Mettono in atto gli interventi di lotta alle patologie programmati, indicati dagli organismi tecnici; sono responsabili solo delle modalità con cui eseguono i trattamenti. Si tratta di aspetti molto importanti perché la tossicità dei prodotti è quella studiata e documentata solo qualora essi siano



avviare, in collaborazione con le associazioni di apicoltori, un progetto per monitorare gli effetti dei fitofarmaci sulle api, con particolare riferimento ai problemi di tossicità per le api e accumulo nel pane d'api e di monitorare la contaminazione del polline.

Organismi tecnici e scientifici provinciali del comparto agricoltura. Questo è un livello di azione importante – dicono gli apicoltori – perché si definiscono i programmi di lotta contro i patogeni delle piante, si formano gli agricoltori, si orientano i loro interventi. "Ad oggi i piani di intervento sono definiti unilateralmente o al massimo discussi anche con agli apicoltori. I soggetti coinvolti in questa problematica, con così forte impatto ambientale, sono invece molti", dice Apival. Ecco le proposte: i piani tecnici di intervento con fitofarmaci devono essere concordati con gli apicoltori ma an-

usati secondo quanto previsto in etichetta e nella scheda tecnica. "L'aver ritrovato nei pollini raccolti prodotti ritirati dal mercato e non più utilizzabili perché nocivi ci dice che in questo senso c'è ancora molta strada da fare" scrivono gli apicoltori. Si propone che i controlli sulle modalità di esecuzione dei trattamenti siano affidati a soggetti terzi e non alle associazioni di agricoltori. Si propone che "consigli" dati dagli organismi tecnici agli agricoltori riguardo alle modalità di utilizzo dei fitofarmaci diventino indicazioni normative e vincolanti, soggette a controlli di organismi terzi. Alcune questioni importanti che andrebbero normative: trattare di notte o al mattino presto, evitando le ore di maggiore volo delle api; non trattare in presenza di prato fiorito sotto frutteto o vigneto (eseguire prima lo sfal-

continua a pag. 22 >>>>



La Campagna Coop a tutela delle Api Ogni ape conta

Due miliardi e mezzo di api mellifere tutelate dal 2021 e 70 mila api solitarie aiutate nel loro insediamento nelle aziende agricole del prodotto Coop. È Ripartita la campagna Coop “Ogni ape conta” sulla tutela delle api e la rivalutazione della biodiversità

È ripartita con l'arrivo della primavera la campagna triennale di Coop “Ogni ape conta”, un progetto di sensibilizzazione della filiera produttiva e dei consumatori sull'importanza delle api: non solo le consuete api mellifere, ma anche le meno note api osmie, insetti solitari fondamentali per l'impollinazione e la tutela della biodiversità delle specie vegetali presenti nel Paese.

Giunta al suo terzo anno la campagna tira le somme delle sue attività.

Due miliardi e mezzo di api mellifere tutelate dal 2021 e 70 mila api solitarie aiutate nel loro insediamento nelle aziende agricole del prodotto a marchio Coop.

Attività nelle filiere ma anche nelle scuole, 150 i nidi installati in vari istituti di istruzione e nelle città, con 80 nidi posizionati nelle oasi urbane e altri territori scelti dalle Cooperative, oltre

che le cassette per la nidificazione degli insetti impollinatori vendute nella rete dei punti vendita Coop.

Una campagna di tutela e ripopolamento che dà i suoi frutti anche in questo 2023, con i nidi in fase di schiusa nei vari *bee hotel* sparsi ormai in tutto il Paese.

Coop dà così il proprio contributo a quella che assomiglia ogni anno di più ad una emergenza. **Dal 2006 c'è stato un aumento di mortalità di api mellifere spesso superiore al 30% e senza api è a rischio il 75% delle colture alimentari mondiali.** Da tempo Coop si è impegnata coinvolgendo le 7.500 aziende agricole che fanno parte delle sue filiere produttive di ortofrutta, in-

centivandole a riservare siepi e fiori alle api e agli altri impollinatori, coprendo circa il 3% della superficie agricola. E oltre all'impegno trentennale nella riduzione dei pesticidi, dal 2010 Coop limita e in alcuni casi vieta nelle proprie filiere l'uso dei neonicotinoidi, molecole tossiche per le api. Inoltre nella campagna **Agricoltura ad alta sostenibilità** Coop ha eliminato altre molecole chimiche tra cui anche il glifosato dannoso per le api. All'interno di “Ogni ape conta” è stata anche realizzata la **prima ricerca sulle api selvatiche e mellifere**, uno studio coordinato da



Coop Italia con il supporto scientifico del Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agro-alimentari (DiSTAL) dell'Università di Bologna e con il contributo di LI-FEGATE, assieme al coinvolgimento degli associati di CONAPI presenti nelle filiere ortofruticole Coop identificate.

La campagna ora prosegue con l'attività dei giovani apicoltori domestici: 17 giovani scelti proprio all'interno della Coop Community, la rete di under 30 appassionati di ambiente, che già nel 2021 avevano aiutato Coop con le oasi e che li ha dotati di cassetta e decalogo dell'amante degli insetti impollinatori e ha chiesto loro di realizzare il Diario dell'apicoltore domestico. Ora a distanza di



Il decalogo per gli amici delle api

Ognuno di noi può fare qualcosa per aiutare le api e gli altri insetti impollinatori. Ecco alcuni consigli.

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

continua da pag. 20 >>>>

cio); non agire con mezzi meccanici sul prato fiorito nelle ore di volo delle api; preferire lavorazioni meccaniche all'uso di erbicidi; limitare gli interventi di diserbo con erbicidi al solo periodo autunno-invernale. Infine, si propone di normare il fatto di non attuare il diserbo selettivo.

Gli apicoltori. “Anche gli apicoltori possono dare il loro contributo per un'agricoltura più sostenibile e per un ambiente più pulito”, scrive Apival. Proposte operative: a livello di associazioni: salvaguardare le api come impollinatori e monitorare la qualità ambientale assieme ad



altri enti ed istituzioni; promuovere e favorire l'uso del favo naturale e la lavorazione separata della cera di opercolo per favorire l'utilizzo di cera non contaminata. Promuovere e favorire l'uso dell'acido ossalico e formico (sostanze naturalmente presenti

nell'alveare in piccole quantità) per la lotta alla varroasi preferendoli a prodotti di sintesi che lasciano residui nella cera. Promuovere le tecniche apistiche come elementi a basso impatto per il controllo e la prevenzione delle patologie; promuovere e favorire la formazione degli apicoltori con particolare riferimento all'apicoltura naturale

e biologica. I singoli apicoltori possono ridurre l'impatto sulle api dei pollini contaminati, evitando con il nomadismo le zone più critiche, almeno nei periodi più pericolosi.

Fiab: la bandiera gialla della ciclabilità Trento Comune amico delle bici Trento si conferma “comuneciclabile” con il punteggio di tre bike-smile Fiab

Anche quest'anno il Comune di Trento si è visto assegnare dalla Fiab – la Federazione italiana amici della bicicletta – la bandiera gialla della ciclabilità ideata per premiare quei comuni che hanno attivato sul proprio territorio politiche bike friendly.

Tre bike-smile è il punteggio assegnato a Trento grazie a iniziative come la gara “a scuola senz'auto”

promossa a marzo dall'ufficio Politiche Giovanili nell'ambito del progetto “A piedi sicuri”, l'evento “Bimbibici 2023” (14 maggio) organizzato dall'associazione Fiab con il patrocinio del Comune di Trento, l'attivazione in via sperimentale delle nuove linee Piedibus nei

sobborghi di Villazzano, Meano e Ravina e le conferenze trimestrali in tema di mobilità organizzate dal Progetto Mobilità e rigenerazione urbana.

Coerentemente con gli obiettivi strategici del Pums e in linea con il “biciplan” del Comune di Trento recentemente



La bandiera gialla della ciclabilità ideata dalla Fiab per premiare i comuni che hanno attivato politiche bike friendly

approvati, prosegue lo sviluppo della rete ciclabile sul territorio comunale che attualmente è di circa 71 km.

Grazie poi all'accesso ai fondi del Pnrr sono già iniziati i lavori delle nuove ciclabili su viale Bolognini, via Perini e in Lung'Adige San Nicolò. Altri tratti ciclabili che vedranno a breve l'avvio dei lavori interesseranno via Grazioli, via S. Croce, via del Maso Smalz e via

Castel di Pietrapiana.

Per favorire la mobilità dolce è necessario inoltre garantire anche adeguati spazi per la sosta delle biciclette. Ecco quindi che, sulla base di un attento progetto di rilievo delle rastrelliere esistenti sul territorio

comunale, è stato predisposto un progetto di implementazione per gli stalli di sosta per le biciclette che porterà, per ora, all'aumento di circa 800 stalli nel centro cittadino (a nord del Fersina fino ai Solteri), oltre ad una progressiva sostituzione delle rastrelliere esistenti con nuova tipologia blocca-telaio. Recentemente è stato inoltre presentato alla Commissione consiliare per l'ambiente, l'agricoltura, la mobilità e la vivibilità urbana un programma per l'attuazione delle cosiddette “zone 30” (strade cittadine in cui la velocità massima consentita è di 30 chilometri all'ora

e non di 50), in coerenza con quanto previsto dal Biciplan. L'obiettivo è quello di dare attuazione alle prime “zone 30” nel 2024; si tratta di una nuova concezione dello spazio pubblico che deve essere equamente distribuito tra i vari utenti della strada secondo il principio di condivisione dello spazio, un intervento non solo infrastrutturale quindi ma anche culturale. L'obiettivo è guadagnare le 4 'bike smile' alla prossima edizione di “ComuniCiclabili!” (fonte: Comune di Trento)

Ecco. In piena estate, mentre sto pensando al prossimo anno scolastico, mi torna davanti agli occhi un'immagine che si è fatta sempre più frequente negli ultimi anni. Si tratta di un episodio apparentemente insignificante, ma il fatto che si ripeta con frequenza quasi quotidiana fa riflettere: entri in classe, saluti e chiedi come stanno (scoprendo che per qualche studente hai il dono dell'invisibilità) e poi devi invitare qualcuno a riporre il cellulare. Non sempre. Ma spesso. A questo punto si potrebbe fare **l'elenco delle risposte che un insegnante riceve, perché esse rappresentano lo spaccato elo-**

come dire: si ha sempre più spesso a che fare con ragazze e ragazzi che non sono abituati all'insuccesso e al rimprovero e che sono incapaci di comprendere che ci sono regole di fondo elementari necessarie per la convivenza in qualsiasi comunità.

Possiamo sorridere di questi atteggiamenti, riconducendoli a tappe della crescita tumultuosa degli adolescenti: sappiamo tutti che ci sono cose ben più gravi di cui la scuola si deve occupare. Tuttavia ormai da molto tempo mi chiedo se dietro a queste risposte non ci sia qualcosa di più profondo, che meriterebbe di essere indagato, perché **alla base di questi comportamenti sta un**

lione centrata unicamente su di sé: mi ribello alle regole perché i limiti mi danno fastidio punto e basta. È quella che Paola Mastrocola ha definito recentemente "cultura dell'illimitato", descrivendo così **un atteggiamento di insofferenza che vanifica ogni tentativo di far accettare e rispettare le regole come la premessa della vita assieme agli altri.** Il problema è che questa cultura dell'illimitato **non è una prerogativa del mondo giovanile, ma è diventata un costume diffuso:** di fronte alle regole – che si tratti di pagare le tasse, rispettare il codice della strada, conservare i beni pubblici, custodire l'ambiente, fare piccoli gesti di cura della strada, del quartiere dove si abita o si lavora – si diventa insofferenti. Alla base di tutto sta **un'idea ipertrofica della libertà personale:** niente e nessuno ha il diritto di limitare la realizzazione del mio io, che

Cultura dell'illimitato

Mi scusi prof...

"Cultura dell'illimitato"

è quell'atteggiamento di insofferenza che vanifica ogni tentativo di far accettare e rispettare le regole come premessa della vita assieme agli altri. Una cultura non più prerogativa del mondo giovanile, ma diventata costume diffuso

di **Alberto Conci**



quente di un modo di concepire il proprio posto nella scuola e le proprie relazioni con gli altri. Si va dal linguaggio non verbale, corredato di sbuffi e sguardo verso il cielo, al "ma è spento", al "non avevamo ancora cominciato la lezione" (senza capire il cortocircuito logico, perché per forza non avevamo cominciato se ti ho chiesto di mettere via per cominciare), al "ma lo hanno anche gli altri" (una frase da bambini che sulla bocca di ragazzi che magari fra un anno votano mi fa un po' impressione), fino al "però lo dice sempre a me tutte le lezioni" (la vittimizzazione è una strategia d'attacco efficace per sentirsi a posto con la coscienza). Il prontuario delle risposte potrebbe continuare a lungo. La cosa più rara è in realtà la risposta che dovrebbe essere più semplice e scontata: "mi scusi prof", con l'impegno, anche non dichiarato, a non ripetere quel comportamento l'ora dopo. Naturalmente se si insiste si può anche ottenerle, quelle parole. Ma quasi mai sono la prima risposta a un qualsiasi richiamo, a un no, a una regola e, soprattutto, non sono parole interiorizzate.

giudizio sulla scuola, alla quale si finisce per chiedere di assecondare ogni pulsione come un diritto irrinunciabile. Lo chiedono i ragazzi; ma spesso lo chiedono anche i genitori.

Questa confusione fra diritto e pulsione fa riflettere. Con l'impotenza delle regole facciamo i conti da sempre: è il lavoro degli educatori, siano essi genitori, insegnanti, animatori di gruppi. E dobbiamo dire che ci sono state epoche nelle quali la ribellione alle regole è stata – come negli anni Settanta – il distintivo di una generazione intera. Ma non tutte le ribellioni sono identiche. C'è una ribellione alle regole che poggia sull'assunzione di responsabilità civile, come insegnano Don Milani, Mandela, gli studenti di piazza Tienanmen, e più vicino a noi c'è la ribellione delle ragazze e dei ragazzi iranian, e quella delle donne afgane, o quelle dei giovani russi che manifestano da oltre un anno contro il regime. **Ciò che unisce queste ribellioni è il fatto che sono sorrette da un ideale più grande dei singoli individui.** Quella che mi sembra di intravedere quotidianamente è invece **una rebel-**

coincide con il soddisfacimento di ogni mio desiderio, anzi nemmeno del desiderio (che è una cosa seria) quanto del mio capriccio, della mia voglia.

Tutto questo è molto più diffuso di quanto possa sembrare, al punto che mi chiedo se non vada considerata come una vera e propria malattia del nostro mondo occidentale. Non si tratta di semplice "maleducazione" ma di una vera e propria deriva, le cui radici sono probabilmente da ricercare in una sottocultura individualista che è diventata imperante negli ultimi decenni e che ha avvelenato le relazioni sociali instillando l'idea che **"l'io viene sempre prima"** e nessuno ha il diritto di chiedergli il sacrificio o la fatica di rinunciare a soddisfare ogni piccolo impulso personale.

In tutto questo la scuola, quando resta fedele al suo compito educativo, lavora controcorrente. E davvero ogni tanto ci si sente su una piccola zattera in balia di correnti che la vorrebbero affondare. **Con la consolazione, però, di sapere che le zattere alla fine la vita di chi vuole rimanervi aggrappato la salvano.**

Questa è senz'altro una domanda che tutti i genitori si sentono fare dai propri figli. Spesso risulta difficile trovare il tempo per un momento di condivisione, un tempo di qualità in cui il resto del mondo resta chiuso dietro lo schermo spento dello smartphone e lascia lo spazio per ridere e divertirsi insieme. Capita di non dare importanza a questa richiesta dei più piccoli, proprio perché il più delle volte



fuori del contesto familiare. Anche i giochi in apparenza semplici possono nascondere sorprese e risate.

Con **“A caccia di conchiglie”** (G. Mari, *Erickson*) si allena la memoria, ma anche a non perdersi mai d'animo. Ogni giocatore lancia le conchiglie sulla spiaggia, cerca di memorizzarle e poi le deve

nascondere. Ora è il momento di tirare il dado e scoprire se si è davvero così bravi da ricordare la posizione delle conchiglie... vince chi ne colleziona di più!

Estate, più tempo per giocare Giochiamo insieme?

I bambini lo sanno. Ben oltre il semplice passatempo, il gioco è un mezzo fondamentale per creare vicinanza condividendo emozioni, sfidarsi. E collaborare per trovare soluzioni

di **Silvia Martinelli***



il gioco è considerato dagli adulti una pratica infantile, quasi una perdita di tempo prezioso. In realtà la richiesta dei bambini va ben oltre il semplice passatempo: loro sanno - forse senza accorgersene - che **il gioco è un mezzo fondamentale per creare vicinanza condividendo emozioni, sfidarsi e al contempo collaborare per trovare soluzioni.**

L'estate offre l'opportunità di ritagliare finalmente un tempo calmo e disteso nel quadro di giornate sempre troppo frenetiche: le giornate si fanno più lunghe lasciando lo spazio per mettersi letteralmente in gioco! Ecco quindi tre consigli dei ludomastri Carlo Carzan e Sonia Scalco (autori del gioco **“Dragondado”**, *Erickson*) per giocare “come si deve” e altrettanti giochi da portare assolutamente in vacanza... o da tenere comunque sempre a portata.

IL RITUALE DEL GIOCO

Se l'attività del gioco diventa un rituale risulta più semplice trovare il tempo da dedicarle, così come accade per la fiaba della buonanotte. Si può, ad esempio, giocare insieme mentre si è in auto o organizzare ogni settimana una piccola olimpiade dei giochi, o stabilire un momento particolare della giornata

ad esempio dopo cena o per la merenda. In questo modo al tempo del gioco viene attribuito un valore importante e si crea una dimensione di complicità nella relazione tra genitori e figli, un momento personalizzato e non più casuale.

Il gioco perfetto per ogni momento è senz'altro **“Rubaparola”** (R. Marchetta, G. Spadaro, *Erickson*). Ogni giocatore ha tre minuti di tempo per aggiungere alla sequenza di parole presenti sul tavolo una nuova parola che sia connessa logicamente alla parola in cima o alla parola in fondo, e poi per rubarne una che si trovi nel mezzo, sostituendola con un'altra. Vince chi riesce a posizionare per primo tutte e cinque le proprie tessere bottino!

CONOSCERE I GIOCHI

Sembrerà banale, ma è davvero importante che quando si decide di giocare insieme ci sia qualcuno che conosca **le regole**. Solo così risulterà un momento coinvolgente per tutti. In genere questo ruolo, soprattutto quando i bambini sono molto piccoli, spetta ai genitori, ma può capitare anche il contrario: un poco alla volta tutti saranno in grado di proporre giochi e idee per passare il tempo insieme, magari riportando esperienze vissute

ASCOLTARE E ACCOGLIERE

Giocare con i bambini significa anche ricercare continuamente un equilibrio tra l'adulto e il bambino, tra rispetto delle regole e capacità di accogliere l'altro. Scegliere insieme

come giocare è l'ideale punto di arrivo di un percorso educativo e relazionale tra genitori e figli. Ciò non significa essere per forza sempre d'accordo su tutto, anzi. Giocare insieme

diventa l'occasione per imparare il compromesso e a provare esperienze nuove senza pregiudizi.

Ascoltare, raccontare e dare sfogo all'immaginazione: **“Ti scrivo una storia”** (L. Orsolini, *Erickson*) è il gioco dedicato a piccoli e grandi scrittori in erba. Per giocare è necessario mettere in campo tutta la propria fantasia e seguire i suggerimenti delle carte: carte Parola, carte Libro e Imprevisti guidano i partecipanti alla scoperta dei generi letterari e di talenti nascosti da storyteller.

**La Libreria Erickson*

La Libreria Erickson Giochi in libreria

Se adesso anche voi non vedete l'ora di mettervi in gioco potete fare un salto in libreria per trovare quello giusto per voi. La Libreria Erickson è in via del Pioppeto 24 a Gardolo.

Se volete restare sempre aggiornati sulle novità e le iniziative della libreria potete seguire la pagina Facebook: facebook.com/LaLibreriaErickson e visitare il sito www.erickson.it.

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



ciale, in modo naturale e senza agrofarmaci, negli orti “Terra Gaia” di CS4 (ad Assizi di Pergine e in località Fratte di Bosentino), ed è proseguito quest’anno con dei **laboratori in cui le famiglie e i bambini sono stati coinvolti nella preparazione degli orti e delle serre e nella semina e coltivazione** delle piantine i cui frutti saranno mangiati dai bambini in occasione del pranzo e della merenda al nido.

Durante la festa del trapianto, bambini, genitori, nonni, educatrici e agricoltori, raggiunti gli orti di Assizi dopo una pas-

Educazione, nutrizione, inclusione e sostenibilità

Caldonazzo, ai bambini del nido piace la scoperta dell’orto

Le cooperative sociali Città Futura e Cs4 insieme per diffondere la cultura ecologica, valorizzando le risorse territoriali, promuovendo il rispetto della natura e la tutela della salute in un’ottica di welfare generativo. Appuntamento a fine luglio per il raccolto

di Dirce Pradella

I bambini e le bambine del nido d’infanzia di Caldonazzo, gestiti dalla cooperativa Città Futura, stanno seguendo un progetto che li appassiona che riguarda la cura dell’orto.

Qualche mese fa hanno seminato e coltivato a scuola delle piccole piantine, insieme ai ragazzi con disagio sociale della cooperativa CS4 di Pergine, e nei giorni scorsi le hanno trapiantate in terrapieno, accompagnati anche dai genitori con una vera e propria festa del trapianto.

A fine luglio, prima che il nido d’infanzia finisca, ci sarà l’ultimo tassello di questo

progetto: la raccolta, che farà finalmente comprendere come da un piccolo seme, con le dovute cure e nutrimenti, può nascere un frutto squisito, da consumare insieme in allegria dopo l’intervento della cuoca del nido. Un seme che contiene la vita.

UN PROGETTO NATO NEL 2022

Il progetto di collaborazione tra CS4 e i nidi di Città Futura dell’Altopiano della Vigolana e di Caldonazzo, patrocinato dai due rispettivi Comuni, è iniziato lo scorso anno con la fornitura di verdure fresche coltivate da ragazzi con fragilità so-



seggiata, hanno trapiantato le piantine ormai cresciute, giocato nei laboratori naturali e fatto merenda con i prodotti del territorio. Una giornata importante per loro, confermata tale anche dalla presenza dell’assessora alle politiche sociali del Comune Cadonazzo **Paola Scarnato**, coinvolta in un dialogo con **Laura Cagol**, biologa e nutrizionista di Città Futura, e **Wenddi Burger**, educatrice ambientale che collabora con CS4, sui temi dell’alimentazione sana e della sostenibilità socio-ambientale.

Questo progetto è nato nell’ambito delle attività del **Distretto di Economia Solidale di Agricoltura Sociale**, al quale aderiscono le due cooperative coinvolte. Città Futura gestisce nidi d’infanzia e si occupa di servizi educativi per bambini da 0 a 6 anni. CS4 è invece una cooperativa che offre assistenza e sostegno alle persone con fragilità e alle loro famiglie.

I Distretti di Economia Solidale sono laboratori di sperimentazione civica, economica e sociale, sostenuti dalla Provincia autonoma di Trento. I **DES** sono realizzati attraverso circuiti che valorizzano le risorse territoriali in base a criteri di **equità, di sostenibilità ambientale e socio-economica**; possono essere attivati per la realizzazione di filiere di consumo di beni e servizi, finanziamento, produzione, distribuzione e inserimento lavorativo. **Il Des Agricoltura Sociale è una rete** – sempre aperta – di organizzazioni che sposano un obiettivo comune:

costruire una comunità sostenibile in termini economici, sociali e ambientali; l’obiettivo è costruire un modello di produzione di consumo che rispetta la natura e le caratteristiche dei singoli luoghi; valorizzare le potenzialità inclusive (sociali e lavorative) dell’agricoltura per le persone fragili; tutelare la salute delle persone, senza rinunciare al gusto.

Attualmente fra **gli aderenti al DES** troviamo: Amalia Guardini, Cantina sociale di Trento, Città Futura, Consolida, Comune di Trento, CS4, Gruppo78, La Rete, Progetto 92, Società Frutticoltori Trento. (www.economiasolidaletrentina.it)

L'anno scolastico 2022/23 ha visto 952 studenti e studentesse, di 11 scuole superiori trentine, impegnate nella costituzione di 52 cooperative formative scolastiche, in sigla CFS, con cui sviluppare **progetti di alternanza scuola-lavoro simulando la gestione di una vera e propria impresa amministrata secondo i principi di democrazia ed equità**. Ogni coop scolastica ha scelto, dopo aver discusso e votato in assemblea, il progetto a cui dedicarsi, tenendo conto dell'indirizzo scolastico e degli

come organizzare eventi, programmi radio e podcast. Ci sono stati gruppi più attivi rispetto ad altri, ma crediamo che questo sia normale in ogni contesto educativo dove ognuno porta le proprie competenze ed esperienze pregresse”.

CFS Trentino Social Links: giochi educativi

Le studentesse e gli studenti della III INC dell'Ist. Tecnico Tecnologico “Buonarroti” di Trento, supportati dall'insegnante tutor **Santo Domenico Annino**, hanno deciso di

sperienza di crescita personale che ci ha coinvolto molto, ci ha fatto scoprire nuove modalità di lavoro e nuovi aspetti della programmazione che non avevamo tenuto in considerazione”.

CFS Just Cast: il podcast

“È stata un'esperienza formativa e utile, ci ha permesso di scoprire come si può giungere a una conclusione che vada bene a tutti anche quando le opinioni sono molto differenti”. È la sintesi che le ragazze e i ragazzi della III A del Liceo classico Andrea Maffei di Riva del Garda fanno del progetto che li ha portati a costituire, seguiti dall'insegnante tutor **Vanna Bagozzi**, la coop formativa scolastica “Just Cast” con cui realizzare un podcast dedicato al tema dello sport. “Abbiamo

Le cooperative formative scolastiche Diario di Scuola

Al termine dell'anno scolastico, vi proponiamo il racconto di alcune esperienze di studenti e studentesse che, nei mesi scorsi, si sono impegnati nella costituzione e gestione di una cooperativa scolastica

di **Sara Perugini**

interessi e delle aspirazioni della base sociale. Ecco la sintesi del racconto di alcune di queste esperienze, dal punto di vista dei giovani soci e socie.

CFS Sportcast: lo sport

La III AUA dell'Ist. Tecnico Tecnologico Buonarroti di Trento ha dato vita alla cooperativa formativa scolastica “Sportcast”, per realizzare un podcast su tematiche di interesse per chi, alla loro età, pratica sport, anche a livello agonistico. “Fin dall'inizio – spiegano i giovani soci – abbiamo cercato di coinvolgere l'intera classe nella scelta dell'argomento del podcast e, dopo una votazione democratica, siamo arrivati alla decisione di parlare dello sport perché nella nostra classe sono presenti ben 6 tutorati sportivi e molti altri atleti”.

Il progetto ha portato la classe, supportata dall'insegnante tutor Ettore Barbieri, a **organizzare un convegno**, aperto a tutta la scuola, coinvolgendo la presidente del Coni **Paola Mora**, l'esperto nutrizionista **Alfonso Presutto** e due atleti professionisti, il giocatore di volley **Raul Parolari** e la campionessa italiana di sci alpinismo **Elena Nicolini**. “Questa esperienza – commentano – è stata molto formativa per tutti noi perché ci ha permesso di imparare cose nuove sul mondo dello sport, ma anche su



Un momento del convegno dedicato allo sport, organizzato dalla CFS Sportcast, al quale hanno partecipato importanti ospiti

dedicare il loro tempo in coop formativa scolastica “Trentino Social Links” alla **formazione**, iscrivendosi a un corso proposto dall'Università di Bolzano sulla crea-

zione di un gioco “per sensibilizzare le persone, di tutte le età, alla **cybersecurity** in modo da informarle della presenza di truffe online e spiegare come evitarle”. Nel corso di cinque incontri, in presenza e online, la giovane base sociale ha avuto modo di approfondire le caratteristiche e lo sviluppo di un “*serious game*”, ovvero di un gioco progettato con fini educativi. “Durante i primi incontri – ricordano – siamo stati divisi in gruppi con componenti di altre scuole, con lo scopo di farci socializzare. Dal terzo incontro abbiamo iniziato a programmare con un'applicazione chiamata “*thinkable*”, che permette di programmare e sviluppare app e giochi per dispositivi mobili lavorando in team”.

“Questa esperienza – concludono – ci ha aiutato a capire l'importanza del lavoro di gruppo e crediamo che ci abbia maggiormente unito come classe. È stata un'e-

imparato – raccontano – a cooperare e collaborare tra noi”. Dopo una prima fase di approfondimento della cooperazione, intesa come modalità di lavoro e come sistema di imprese, la clas-

se si è organizzata per dar vita alla propria cooperativa formativa scolastica votando le cariche sociali, scegliendo il nome e creando il logo. “Ogni decisione – spiegano – è stata presa in modo partecipativo e democratico, permettendo ai componenti della classe di esprimere in ogni situazione le loro opinioni, talora anche in contrasto rispetto a quanto di volta in volta emerso dalla discussione”. In particolare, soci e socie hanno apprezzato la possibilità di **potersi cimentare con diverse competenze**. “In un liceo classico – concludono – dove non sono previste materie come economia e gestione aziendale, aver ricevuto alcuni ragguagli in merito ha fatto assumere all'attività un aspetto di tipo pratico, spendibile nella quotidianità futura, a cui poco siamo abituati”. In queste settimane il gruppo è impegnato a ultimare gli ultimi passaggi per la pubblicazione della loro prima puntata.

“**H**o compreso quanta energia, talento, passione e spirito di condivisione siano insite nelle nuove generazioni – ha scritto il giornalista **Federico Oselini**, curatore della raccolta delle testimonianze *Esploratore culturali. Storie dalla Community* – e il fatto che sia proprio da queste qualità che si debba partire per trovare, o per costruirsi, gli strumenti necessari a vincere le grandi sfide che la vita ci mette di fronte, sia come singoli che come comunità...”

“**Esploratore culturali. Storie dalla Community**”, un progetto editoriale a cura di **Fondazione Franco Demarchi** e



“**Esploratore culturali. Storie dalla Community**” è un progetto editoriale a cura di **Fondazione F. Demarchi** e **Provincia Autonoma di Trento**, inserito nel programma delle iniziative formative rivolte agli attori delle politiche giovanili trentine. Edito da **Edizioni Osiride**, si trova nelle librerie e online su <http://www.edizioniosiride.it/libroesploratori.html>

nazzo, **Massimiliano De Martini**, **Caterina Fassan**, **Giovanni Frigo**, **Erica Gasperotti**, **Madalena Lima**, **Lisa Monardo**, **Nicholas Moser**, **Andrea Nicolodi**, **Paolo Scaramuzz**, **Melissa Scommegna**, **Manpreet Singh**, **Ahmed Taissir** e **Sara Zanetti**.

“...la grande sfida, in ottica presente e futura, sarà riuscire a sostenere e alimentare questa rete per far emergere ulteriormente il reale potenziale, creando le condizioni

affinché i singoli possano sviluppare nuove idee, competenze e progettualità per poi metterle al servizio delle comunità...” ha sottolineato **Alessandra Schiavuzzi**, la dirigente del Servizio attività e produzione culturale,

Politiche giovanili trentine Le/gli Esploratore culturali si presentano in un libro

Il libro racconta l'esperienza della Community degli Esploratori e delle Esploratrici Culturali che mette in relazione e promuove le iniziative di giovani attivi che contribuiscono allo sviluppo positivo dei nostri territori

di **Lara Deflorian**

Provincia Autonoma di Trento, inserito nel programma delle iniziative formative rivolte agli attori delle politiche giovanili trentine.

Il libro racchiude il senso, il significato e alcune storie della **Community degli Esploratori e delle Esploratrici Culturali**, nata lo scorso anno

per mettere in relazione e promuovere le iniziative di giovani attivi che contribuiscono allo sviluppo positivo dei nostri territori. La Community si compone di oltre 40 Esploratori culturali e **nasce con l'obiettivo di mettere in connessione queste persone e le loro idee, creando sinergie in grado di generare interessanti e fruttuose proiezioni future.**

Oltre a 15 storie dei membri della Community, il libro contiene un contributo scientifico sulla **Community come “pratica quotidiana”** e la **sintesi dell'esperienza di viaggio condivisa**, che alcuni Esplora-



tori hanno vissuto a **Procida**, capitale italiana della cultura 2022.

Le 15 storie contenute nel libro spaziano dal tema trasversale dell'impegno verso il territorio e la comunità attraverso azioni artistiche, sociali e culturali, azioni narrative, intergenerazionali e di sviluppo positivo delle comunità locali. Raccontano inoltre dell'esperienza legata a festival, di passioni legate alla matematica e alla fisica, alla tecnologia, all'ambiente e ai social network, quali strumenti per entrare in connessione e creare sinergia con la comunità. Protagonisti delle interviste raccolte sono **Veronica Boniotti**, **Caterina Bru-**

politiche giovanili PAT, mentre **Federico Samaden**, presidente di **Fondazione Franco Demarchi**, sul perché di questa pubblicazione ha scritto: “...nel nostro lavoro formativo dedicato alle politiche giovanili del Trentino stiamo proponendo momenti ed esperienze utili ad aprire finestre che siano vere e proprie esplorazioni: culturali, della conoscenza, del possibile. Ci interessa mettere in relazione persone, luoghi, comunità, far emergere il potenziale che ogni territorio esprime, dare parola e fiducia ai nostri interlocutori, affinché la rosa degli attivatori si arricchisca ogni giorno di energie e visioni nuove”.

Ritornano le Medievali a Pergine Valsugana, il 28, 29 e 30 luglio 2023, in un nuovo scenario: il Parco 3 Castagni di Pergine, ai piedi del Castello (già sede di altre manifestazioni come la Festa delle Zucca e Pa-squissima).

Pergine sottostava al dominio dei Signori di Padova, i Da Carrara, e nell'anno in cui i Tirolesi hanno preso d'assalto il castello facendo scappare il Capitano Fugazza dal maniero. Dal 2006 a Pergine si rievoca questo avvenimento storico, la firma della pace, e per questo negli anni sono state

organizzate le feste medievali. Quest'anno si è scelto di spostare la manifestazione al Parco per farla crescere dal punto di vista storico rievocativo, di allestimento e per rendere possibile la creazione della grande arena dei tornei, dove i Cavalieri di Andriano accompagneranno i visitatori con tre spettacoli al giorno.

Pergine, 28-30 luglio 2023

Con le feste medievali, indietro nel tempo

Per la prima volta al Parco 3 Castagni di Pergine le feste medievali che rievocano gli eventi che nel 1356 portarono la pace a Pergine

L'Azienda di Promozione Turistica Valsugana e la Pro Loco di Pergine, in collaborazione con numerose associazioni del territorio e insieme a Gruppi Storici del Trentino, dell'Alto Adige e del nord Italia, propone una tre giorni in cui si ritorna indietro nel tempo. Rivivremo così l'anno 1356, il periodo in cui



Tre giorni di festa con arcieri storici, musici, giullari, sbandieratori, falconieri, antichi mestieri, didattica per bambini, spettacoli musicali e di abilità e gastronomia

IN PROGRAMMA

Gli Arcieri Storici de Persen-Compagnia dell'Aspido Sordo e altri campi storici, **musici, giullari, sbandieratori, falconieri, dimostrazioni degli antichi mestieri, didattica per bambini, spettacoli musicali e di abilità e gastronomia** saranno a disposizione di tutti, perginesi, trentini, e turisti dall'Italia e dall'estero, per rivivere l'epoca medievale.

L'entrata al Parco prevede il pagamento di un biglietto, sono previste riduzioni in prevendita, per le famiglie, per residenti, e riduzioni per i **possessori di Carta In Cooperazione** direttamente alle casse (le riduzioni non sono cumulabili). L'appuntamento è per venerdì 28 luglio, sabato 29 luglio e domenica 30 luglio dalle 10 alle 22 al Parco 3 Castagni.



Per ulteriori informazioni:

www.visitvalsugana.it/festemedievalipergine

AcI Trento

Longhine, rispetto e libertà

Nelle aree naturali e in campagna (e in città) i cani vanno condotti al guinzaglio: la longhina permette al cane di divertirsi e a noi di rispettare regole

In estate si va in montagna, al lago, a zozzo con i cani. Considerate mai che oltre a noi e al nostro cane, in Trentino fra residenti e turisti vi sono centinaia di migliaia di cani in giro? Ecco perché la Forestale, la legge e tutti gli esperti ricordano e consigliano o impongono (le norme), che nelle aree naturali e in campagna (e in città, ovvio) i cani vanno condotti al guinzaglio.

Possiamo liberare i nostri cani ma solo in alcuni momenti, in luoghi sicuri per tutti e se siamo certi di mantenerli sotto stretto controllo e senza arrecare disturbo alcuno.

Ottima soluzione la longhina (da 3, da 5 o 10 metri, a seconda dei casi) che, agganciata alla pettorina, permette al cane di divertirsi e a noi di rispettare regole, civiltà, altre persone, altri cani, la fauna.

RINGRAZIAMENTI, DONAZIONI

Chicco è l'ultimo arrivato e salvato nel progetto Zampos. Ha vissuto in un duro canile tutta la vita, entrando a due mesi. Ci aiutete a curarlo e mantenerlo nella pensione immersa nel verde, dove adesso si goda una nuova vita? **Grazie** a chi dona per i cani che manteniamo. Potete donare



e diffondere le storie (sono sul sito <https://www.aclodv.org>).

Donazioni ad ACL Odv sede Trento IBAN: IT62J083270325800000002044, con causale **"Chicco, donaz rivista coop"**. Avvisate su acltrento@gmail.com per essere ringraziati. Per info 349 2302344.

Un occhio segnato dal tempo, aperto sul mondo, che guarda e che viene guardato. Uno sguardo presente e maturo, un richiamo a esplorarne ogni solco per scoprire insieme la storia più ampia e collettiva che stiamo abitando. È questa l'immagine scelta da Babilonia Teatri per rappresentare la 48.ma edizione di **Pergine Festival** in programma dall'1 al 15 luglio.

Con un cartellone di oltre 40 eventi fra spettacoli, concerti e incontri, il progetto

«*Senza età* - proseguono Raimondi e Castellani - è l'incontro e lo scontro tra sensibilità e punti di vista che non coincidono ma che non si escludono. È un invito a mescolarsi, a confondersi. A fare del teatro un luogo di partecipazione a un rito in grado di mettere in circolo pensieri ed emozioni».

CON I FUORICLASSE DEL TEATRO

La ricca programmazione porta a Pergine Valsugana i fuoriclasse del teatro e della musica come **Emma Dante, Armando**



una rassegna di spettacoli per il pubblico più giovane.

I LUOGHI DEL FESTIVAL

Il cartellone di Pergine Festival abiterà e re-immaginerà Pergine e i suoi luoghi: dal **Teatro Comunale** all'**Ex Rimessa Carrozze**, dal **Castello di Pergine** a **Palazzo Hippoliti**, passando per la **piazza centrale**, **piazza Fruet**, la **biblioteca**, **Cà Stalla**, la **Sala Maier** e lo splendido museo a cielo aperto di **Arte Sella**.

Pergine Valsugana, 1-15 luglio 2023 Pergine Festival, Senza età

Teatro, musica, incontri. Oltre 40 eventi, con i fuoriclasse del teatro e della musica, cinque prime nazionali e quattro i progetti speciali: per un'edizione collettiva, intergenerazionale e partecipativa



del Festival nasce per riallacciare la relazione con il territorio che lo ospita. Quattro i progetti speciali dedicati al territorio, e grande l'attenzione nei confronti della nuova drammaturgia e delle personalità artistiche emergenti.

La direzione artistica dell'edizione 2023 è di **Babilonia Teatri**, collettivo teatrale veronese

fondato e diretto dal 2006 da Valeria Raimondi ed Enrico Castellani che negli anni ha saputo conquistare critica e pubblico collezionando numerosi riconoscimenti e il Leone d'argento alla Biennale Teatro di Venezia nel 2016. «*Pergine Festival 2023 è una rassegna di teatro contemporaneo e nuova drammaturgia nelle loro diverse forme e declinazioni*» sottolinea il duo artistico «*Collettivo, intergenerazionale e partecipativo, Pergine Festival metterà in dialogo diverse generazioni di artisti e di pubblico, azzerando i confini e spezzando i centri concentrici in cui il teatro è rinchiuso. Desideriamo creare connubi inediti che metteranno in sinergia il grande teatro con le nuove generazioni e i nuovi linguaggi, il circo contemporaneo e la musica, la danza e il teatro partecipativo*».



Punzo, Licia Lanera, Ugo Pagliai, Neri Marcorè, Tony Clifton Circus, Marta Cuscunà, Vasco Brondi, Circo El Grito, Paolo Rossi, assieme ad artisti/e emergenti come **Baladam B-side, Businaro-Fortin, Frigoproduzioni, Rossi-Fiore, Fieno-Di Chio, Alberici, Nardinocchi-Matcovich** e molti, molti altri.

PRIME NAZIONALI E PROGETTI SPECIALI

Cinque le prime nazionali, quattro i progetti speciali dedicati alla cittadinanza curati rispettivamente da **Compagnia Teatro dei Venti, Fratelli Dalla Via** e **Babilonia Teatri**; una serie di appuntamenti con musiciste/i locali intitolata «**Abbassa!**» e



Tutto il programma è su www.pergine-festival.it

Biglietti e prevendita

I biglietti sono in vendita online su liveticket.it. La biglietteria del festival sarà attiva dal 29 giugno, presso sala Maier, con orario 17:00/21:30.



Carta In Cooperazione

Per i soci possessori di Carta

In Cooperazione prezzo ridotto sui biglietti d'ingresso agli spettacoli

Entro il 2 ottobre 2023 “Strike” cerca storie di giovani che sanno ispirare

Al via l'edizione 2023 del concorso. Strike cerca storie (progetti, percorsi personali, sogni che si avverano, iniziative con una ricaduta positiva nella propria comunità) che sappiano essere di ispirazione per altri giovani: in palio quattro premi da 1000 euro e il premio del pubblico da 500 euro

Si è aperta ufficialmente la call di “Strike! Storie di giovani che cambiano le cose”, il contest promosso da Fondazione Franco Demarchi e Provincia autonoma di Trento che premia i giovani tra i 18 e i 35 anni di Trentino-Alto Adige, Veneto e Lombardia.

Dal volontariato allo sport, dalle attività culturali alle *startup*, passando dalla fase creativa al raggiungimento del traguardo, superando momenti difficili o rialzandosi dopo un fallimento, magari cambiando rotta e strategia. Sono diverse le storie che raccoglie il concorso “Strike! Storie di giovani che cambiano le cose”. Diverse, ma



tutte accomunate da motivazione e forza propositiva.

L'obiettivo è quello di valorizzare le storie dei partecipanti affinché possano ispirare e interessare altri coetanei, oltre a creare nuove occasioni di collaborazione e progettualità.

La forza del progetto, dimostrata in questi anni, è proprio quella di sostenere i parteci-

panti nel racconto della propria esperienza in prima persona, da soli o in gruppo. Tra tutti i candidati, infatti, saranno selezionati 10 finalisti che saliranno palcoscenico di Strike il 2 dicembre per raccontare la propria storia.

In palio quattro premi da 1000 euro e il premio del pubblico da 500 euro. Per i finalisti anche un percorso di formazione gratuito.

Partecipare a Strike è semplice e gratuito: basta **registrare un breve video** (max 5 minuti) in cui si racconta il proprio strike e **compilare il form sul sito www.strikestories.com**, avendo cura di caricare tutta la documentazione richiesta. Per candidare la propria storia a Strike, c'è tempo **fino alle ore 12.00 del 2 ottobre 2023**.

“Strike! Storie di giovani che cambiano le cose” è un progetto di **Fondazione Franco Demarchi e Servizio attività e produzione culturale della Provincia**

autonoma di Trento, realizzato da **Mercurio Società Cooperativa**, in collaborazione con **Cooperativa Sociale Smart, Fondazione Antonio Megalizzi e Cooperazione Trentina**. *Con il sostegno di ITAS Mutua, LDV20, Vector Società Benefit e Favini. Con la partecipazione di Loison Pasticceri dal 1938.*

Maggiori info su www.strikestories.com

Ogni donazione di sangue è un salvavita Una storia di ordinaria solidarietà

Donare sangue è donare vita: un gesto semplice eppure straordinario. Un libro racconta gli 80 anni di Avis Rovereto. Un invito ai più giovani a diventare donatori

Si affollano i ricordi nelle 130 pagine del libro “Una storia di ordinaria solidarietà”, pubblicato per gli 80 anni dell'Avis di Rovereto, che oggi conta 2 mila associati. Gli autori del volume sono **Roberto Setti e Renato Trinco**, soci Avis e studiosi di storia locale. La ricostruzione della storia dell'organizzazione, a partire dalla fondazione nel maggio 1941, è centrata sulle figure dei presidenti

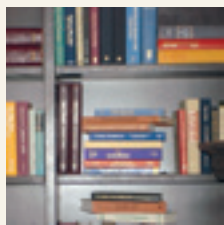


e di loro più stretti collaboratori. A quanti di loro sono ancora viventi è stata richiesta una testimonianza con i ricordi dei fatti più salienti del loro mandato; per gli altri ci si è avvalsi dei documenti presenti in sede e dei verbali delle riunioni. Nella presentazione la presidente in carica, Lucia Ongaro, curiosamente annota come le prime donazioni risultino registrate come ‘trasfusioni’ perché a quei tempi erano

eseguite direttamente dal braccio del donatore al paziente!

Il racconto degli 80 anni di Avis Rovereto è arricchito da un corposo apparato fotografico. Le immagini danno conto delle molteplici attività dell'associazione, documentano le sedi con le attrezzature sanitarie, le uscite con l'autoemoteca nei paesi limitrofi, le assemblee, le sfilate lungo le vie cittadine, i momenti conviviali e le gite sociali.

Dai testi e dalle foto emerge una storia ricca di disponibilità e di passione, radicata nel tessuto cittadino ma con forti legami anche con le consorelle d'Italia alle quali Avis Rovereto garantiva il sangue in esubero. Il lavoro di ricerca locale è preceduto da un capitolo che illustra le origini dell'Avis a livello nazionale e fa conoscere la figura del dottor Vittorio Formentaro che ebbe l'intuizione di costituire, nel maggio 1927, un'associazione di volontari donatori del sangue, facendola crescere fino alla sua diffusione in tutto il Paese. Oggi Avis conta in Italia più di 1 milione 300 mila donatori, con 3.400 sedi distribuite su tutto il territorio nazionale. (c.c.)



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

IL MIO MASO DI MONTAGNA

di Vea Carpi, ed. Raetia,
Bolzano 2023

Questo libro è su un Trentino semplice, con i suoi angoli riservati e confusi in orizzonti di roccia-verde-bosco-acqua-villaggi, con i tavoli di montagna, odorosi di cucine povere. Poesia? Eccola appunto in *Il mio maso di montagna*. A partire da quel 'mio': storia di una ragazza che, per amore, dalle città si trasferisce nella rude Valle dei Mocheni, anche se "non sapevo neanche cucinare... e mi sono trovata con gli ingredienti in mano a cercare di capire cosa farci". Con passione poetica si costruisce cuoca,



cattura palati a vasto raggio, assimilandone gusti e proposte, tanto che il suo maso diventa da subito "un porto di mare di volontari da tutto il mondo, e le loro tradizioni di cucina si sedimentano qui nel Bersntol". Vea Carpi è lei, proprio quella che appare in copertina, quella che si ripete a pag. 10-11 alle prese con l'orto o immersa nella unicità della panoramica di pag.

248-249, o quando propone la muas-mosa, fatta di cereali-latte-burro, cotta "a fuoco molto molto basso, mi raccomando... e tenete presente che la parte più buona è la crosticina che si forma sul fondo della pentola (ma non litigatevela!), con un consiglio per un'atmosfera invernale: accendete una candelina e mangiate tutti insieme dalla pentola". Se vogliamo combinare bellezza, poesia, buoni sapori e convivialità, andiamoci.

LA MUSICA SIAMO NOI

di Mariarita Di Pasquale, ed. Del Faro, Trento 2021

È un itinerario ideale che attraversa aspetti umanistici, pedagogia, dinamiche comportamentali sociali e di mercato, scienza del suono, musicoterapia, salute e benessere. Lo traccia l'autrice, nata a Bolzano dove vive e lavora come musicista di professione e musicoterapeuta, con riflessioni su come "la musica ci aiuta in questo tempo di crisi". E parte dal concetto esteso di musica, "quella particolare attitudine che comprende l'ascolto, la produzione sonora, il movimento, l'improvvisazione, la composizione, ma anche la musicalità intrinseca ai nostri gesti, alla vocalità nel linguaggio, alle forme del pensiero creativo". Ne deduce l'aspetto universalistico di questa attività espressiva, dunque non certo di esclusivo interesse di esperti, musicisti, insegnanti o cultori appassionati, perché la musica è, deve essere patrimonio di tutti, quale

esperienza di tutti. Mariarita Di Pasquale consiglia, in chiusura del suo studio, una molto apprezzabile bibliografia - con approfondimenti e ricerche di autori di fama internazionale - a rafforzamento e a prova di quanto esposto, a conferma della pluralità di significati e di funzioni della musica. Che comunque resta "qualcosa di affascinante nella sua inafferrabilità".

NEL LABIRINTO DEL POTERE

di Luisa Gretter Adamoli, ed. CurcuGenovese-Athesia,
Bolzano 2023

Un labirinto, anzi un labirinto nella foresta del Rinascimento europeo, al suo scadere, con eminenti vialoni intersecati dai più modesti sentierucoli locali, da piante dominanti e cespugli, rovi, fiori, erbacce. Su una geografia che include angoli della Valle d'Aosta, i lussureggianti colori di Firenze, le atmosfere viennesi, il piccolissimo Trentino di Riva, di Trento, di Port'Aquila dietro il Castello del Buonconsiglio. Luisa Gretter Adamoli vi si inoltra con rara abilità, osservando e annotando cose storicamente vere insieme ai pettegoletti dell'epoca e ai 'si dice' nei pubblici lavatoi lungo il Fersina. L'autrice in questo suo scoprire deve essersi divertita per queste "inattese conoscenze", e le racconta per divertire altri. A partire da "quella giovane donna apparsa, anche a distanza, di una bellezza particolare... ritratta a mezzo busto, incorniciata da un cerchio di marmo che riprende la forma dell'oculo del sottotetto in cui è posta", là proprio in Port'Aquila, sulla Casa Bergmann. Si presume sia Claudia Particella, "la più bella donna del Trentino che fosse mai vissuta nella prima metà del Seicento". E, di seguito, la scoperta di altre donne "legate a lei nel bene e nel male" nel labirinto del potere, come protagoniste della Storia di quasi mezzo secolo del Trentino, dell'Italia centrale, di tutto il territorio tirolese degli Asburgo.



MODO IMPERFETTO

di Micaela Bertoldi, ed. Forme Libere, Trento 2023

Imperfetto, ma efficace, è il modo di agire della 'Anomala squadra investigativa XY Zeta', tre donne. Con la presenza esterna e dominante della detective Flo, quella che condensa acute intuizioni, filosofie, pezzi di letteratura, sensibilità: lei è "alta, con un grande cappello, un foulard-pareo color limone, divertente e lucida nelle analisi, sarcastica nel commento sulle piccinerie umane". E poi la dottoressa Rastelli, che collaborava con le tre e con l'amica Flo sciogliendo i conflitti esistenziali, convinta che "non si tratta di cancellare i legami dolorosi con ciò che è stato, ma di scegliere di dedicarsi alle cose vive". Tra loro un

confrontarsi talvolta sconclusionato - e in fine vincente - per offrire sostegno professionale al Commissario Rocchi: si tratta di venire a capo di truffe in olii e petroli, taglieggiatori, traffico di farmaci; e poi, ovviamente, cadaveri e coppie scomparse. Aleggja su tutto un sentire positivo, per dissipare depressioni, chiarire errori, riprendere il "coraggio di vivere". Una vita difficile nel difficile settore della delinquenza - dalle molteplici e imprevedibili furberie -, eppure permeata, anche nelle divergenze, di buoni rapporti tra colleghi e con le persone coinvolte in grovigli da dipanare. In fondo, dunque, una vita che può apparire ed essere normale, proprio perchè imperfetta.



Può un farmaco essere “di moda”? Nel settore in cui opero, la nutrizione, è sufficientemente bizzarro che le diete diventino “di moda”, tanto da diventare brand con interessanti successi commerciali. Ma da inizio 2023 assistiamo a un fenomeno nuovo, la carenza di un farmaco che si usa sia per il diabete sia - negli Stati Uniti, ma non in Europa - per l'obesità: la semaglutide. Il motivo è attribuito al ruolo degli influencer che ne hanno fatto

Nuovi medicinali

Farmaci “di moda”

Il caso del semaglutide, il farmaco contro diabete e obesità, diventato virale – grazie agli influencer e alle prescrizioni non conformi – tra chi vuol solo perdere un po' di peso. Fino a causarne l'esaurimento delle scorte, che ora mancano a chi ne ha veramente bisogno

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



uso, condividendo le proprie esperienze sui social media. Tra di loro vi sono persone note, come Elon Musk che, a chi gli chiedeva come mai fosse così in forma, ha risposto su Twitter di avere usato la semaglutide, contribuendo a far diventare virale la notizia.

L'INFLUENZA DEI SOCIAL NETWORK

Dobbiamo prendere atto che i social network hanno fatto sì che, nella scelta di un farmaco per il controllo del peso, l'esperienza di Elon Musk conti più del parere del medico o di un esperto del settore quale un farmacologo. L'aumento della richiesta di utilizzo del medicinale è stato tale che, nel giro di pochi mesi, si è andati incontro a una progressiva carenza fino all'**esaurimento delle scorte**, raggiunto in Italia ad aprile, anche per le

riserve dedicate ai diabetici. Visto che il numero dei malati di diabete in terapia è rimasto uguale, la differenza l'ha fatta soprattutto l'aumento di richiesta da parte di chi ne fa uso per perdere peso. **La stampa nazionale e internazionale ha dunque sottolineato il problema per quei diabetici che rischiano di non avere più la loro terapia.** La carenza dura ormai da mesi, tanto da essersi riflessa anche sulla liraglutide, molecola avente effetto simile e

approvata in Europa anche per la terapia dell'obesità che, nel momento in cui scrivo, risulta introvabile.

PRESCRIZIONI NON CONFORMI

L'argomento è serio in quanto molte prescrizioni risultano “off label”, cioè non conformi, come osserva il dottor Robert H. Shmerling di Harvard in un suo recente editoriale: considerato che negli Stati Uniti la semaglutide è approvata per l'utilizzo nell'obesità, questo significa che viene prescritto abbondantemente anche a persone con un lieve sovrappeso o addirittura normopeso. Dunque, va distinto l'utilizzo in pazienti normopeso o lievemente sovrappeso, e l'utilizzo in pazienti con obesità, soprattutto con obesità gravi: è da ricordare come, secondo il Centers for Disease Control and Prevention, l'aspettativa di vita possa essere ridotta di circa 6 anni per i pazienti con diabete di tipo II, paragonabile a quella di pazienti con obesità grave. Dunque, **il paziente obeso non deve sentirsi in colpa perché sottrae un farmaco al paziente diabetico: entrambi sono malati**, mentre una differenza importante è lo stigma che ancora aleggia nei confronti del paziente obeso, ritenuto colpevole della propria condizione. **I farmaci in questione sono solo i primi di una generazione di nuovi medicinali** per la terapia di diabete e obesità, che non a caso viene anche chiamata “**diabesità**”, ma sono solo una parte di un percorso per perdere peso che includa dieta e attività fisica, senza le quali i risultati saranno più scarsi e meno duraturi. (*consumatori.e-coop.it*)

Dimmi che gelato scegli e ti dirò chi sei. Dalle creme alla frutta, dal gourmet al “light”, dal sapore italiano a quello più esotico, più che di gusto, però, oggi è questione di gusti. Assortiti da Coop in 100 proposte, forme, colori e sapori: solo a guardarli si ritorna un po' bambini.

PECCATI DI GOLA

Eccoci davanti alle nuove confezioni con la scritta “Da Urlo!!!” in cui i nostri peccati di gola hanno l'aspetto di stecchi (anche maxi), biscotto e con alla panna, alla panna e cioccolato, all'amarena (in scatole da 6). Le icone della gelateria italiana rinfrescate con i valori di Coop: **etica**, cioè rispetto dei diritti della persona e della natura; **sicurezza**, garantita dall'accurata selezione dei fornitori e di un rigoroso sistema di controlli; **convenienza**, ossia il migliore rapporto qualità-prezzo, che rendono questi gelati più che buoni, “buoni da urlare”.

Nuovi anche i raffinati stecchi Gourmet – qui nel significato di buongustaio e ghiot-



tone – ricoperti di croccante cioccolato pralinato. 3 le varianti: pistacchio coperto di cioccolato bianco, con granella di pistacchio; vaniglia, cioccolato e caramello, con noce macadamia; cioccolato fondente, con fave di cacao e mirtilli neri. Summa di consistenza, sapore e ingredienti di qualità, per gelati preziosi.

Nella gamma Coop col punto esclamativo ci sono i fondamentali del gelato, cioè coni, coppe, ghiaccioli e creme in vaschetta che si presentano in varie combinazioni di gusti – stracciatella, mascarpone, nocciola e spagnola, o nocciola, cacao, vaniglia e panna cotta nelle vaschette da un chilo – per la gioia del palato (e del porta-

foglio) anche delle famiglie più numerose. E restando sul classico, le vaschette Coop, oltre al monogusto panna o stracciatella e al bigusto fiordilatte e cioccolato, ospitano la nuova coppia fragola e limone. Con la macedonia di frutta un felice abbinamento.

Con **FruSwing** è la frutta a diventare gelato, che sia mango&passion fruit, succo di limone di Sicilia o succo di mandarino di Sicilia, senza aromi artificiali e senza coloranti. Siamo davanti a un vero e proprio sorbetto in barattolo o in stecco, cioè alla frutta nell'interpretazione più rinfrescante. La carrellata dei nuovi gelati prosegue con quelli "fatti come una volta", con pochi in-

dal tipico sapore di biscotto al caramello speculoos della tradizione belga.

Edizione rinnovata del gelato Coop per occasioni speciali: nel cono – che sia al caffè, alla stracciatella o alla vaniglia decorata con croccante di mandorle in granella –, oppure



il gelato d'autore firmato **Fiorfiore**, in cui Coop esercita la sua eccellenza, con ingredienti selezionati. Dalla Sicilia dei limoni, delle mandorle e dei pistacchi al Piemonte delle nocciole e della menta piperita, alla crema catalana, fino al Brasile del caffè arabica 100%: un viaggio così piacevole che non possiamo sopportare l'idea che finisca.

Piccoli piaceri vecchi e nuovi si affiancano in una scatola, come le sorprese in una calza della Befana. Sono i Mini e i Bon Bon, stecchi, coni, biscotti e mini mix, per un fine pasto, una dolce merenda o uno strappo alla regola in una giornata storta. Stessa probabilità di ridarci il buonumore o una sferzata d'energia ce l'hanno le Bomboniere, ora anche al caffè, il Maxi biscotto trigusto (panna, cioccolato e zabaione), con

Piaceri d'estate

BRRR... che gusti! La golosissima gelateria Coop

Dai classici tradizionali alle ultime novità. Cono, stecco, biscotto o al cucchiaino il gelato Coop è fatto con ingredienti selezionati e materie prime di alta qualità. Etico, sicuro, conveniente e buonissimo

di Rita Nannelli



ingredienti selezionati e una ricetta semplice: latte, zucchero e panna italiani, insieme ai pistacchi di Sicilia, al cioccolato extra fondente, alle nocciole o alle uova. E poi con i "sempreverdi", come il pralinato con ripieno all'amarena, lo stecco cremoso al pistacchio, la coppa al caffè, ultima arrivata nella confezione da 4 coppette. Con i Tradizionali – gelato spagnolo con succo di amarena, bacio, affogato al cioccolato e tiramisù – è accontentato chi segue la tradizione del dessert all'italiana. Mentre per chi è attratto da nuovi itinerari del gusto ci sono le **specialità internazionali** che hanno ispirato i barattolini al Brownie, al Cheesecake in stile americano o al Caramel cookie,

in vaschetta, al caramello salato, al pistacchio e gianduia, con triplo cioccolato, "la serata perfetta" – come si legge in una delle confezioni – è assicurata, così come il "piacere a cucchiariate" garantito da un'altra.

DOMANDA A PIACERE

Il piacere è tutto nostro anche con il tiramisù con caffè pregiato; i **profiteroles** con cacao monorigine e la nuova arrivata, la meringata Fiorfiore, fatta di panna e latte fresco, con cui il semifreddo cambia pelle e diventa una fresca opera d'arte. Così come i tartufi Fiorfiore dal cuore così tenero e cremoso, di limoncello o pistacchio, cioccolato o caffè. È, invece, già un habitué delle case italiane

le sue vignette giocose, i Gelatini alla panna, con latte e panna freschi 100% italiani, gli Snack gelato al cocco o alla vaniglia, barrette ricoperte con cioccolato croccante, e le **Cooppette** in 6 gusti tipici della gelateria italiana (stracciatella e pistacchio le novità che si aggiungono a cioccolato, limone, caffè e amarena), in una porzione singola prêt-à-manger.

E le **torte gelato**? Oltre ai classici tronchetto e torta, ecco le nuove proposte: Sacher, Meringata al caffè o al caramello salato, Torta mela&cannella e i Mini quadrotti al limone, pistacchio o caffè&cioccolato. Dolci promesse di altri piaceri che non finiscono con l'estate. (consumatori.e-coop.it)



Ricette, bottiglie e libri

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

L'estate in tavola

Primi e profumi

Basilico, menta, origano, prezzemolo, rucola, limone danno vita a primi piatti freschi e gustosi, con sughi a crudo che coniugano ingredienti meno abituali a quelli più tradizionali



Spaghettoni al pesto di zucchine e menta

360 g di spaghettoni, 400 g di zucchine, 50 g di pinoli tostati, 80 g di grana dopo riserva Fior fiore, 1/2 spicchio d'aglio (facoltativo), 40 g di menta fresca, olio d'oliva extravergine, sale e pepe

Mondate le zucchine e tagliatele a tocchetti, sbollentatele per qualche minuto, solo per ammorbidirle, scolatele e fatele raffreddare, trasferitele nel bicchiere del mixer con i pinoli, l'aglio, il grana e la menta, frullate il tutto fino a ottenere una crema omogenea, unendo dell'olio a filo. Lessate la pasta in acqua bollente salata, scolatela al dente e conditela con la crema di zucchine, diluendola con un po' d'acqua di cottura se necessario; mescolate in modo da ottenere un condimento cremoso e avvolgente; trasferite nei piatti e completate con un filo d'olio, pepe appena macinato e altro grana a piacere; servite subito. (Fiorfiore in cucina, 7/2019)

Farfalle con crema di avocado e pomodorini

320 g di farfalle pasta di Gragnano Igp Fior fiore, 1 avocado maturo, 50 g di crema vegetale BeneSì, 2 cucchiaini di succo di limone, 4-5 gambi di prezzemolo, 6-7 foglie di basilico, 3 cucchiaini di

pinoli, 1 pizzico di peperoncino, 1 pezzo di scorza di limone, 150 g di pomodorini datterini, 2 cucchiaini di olive taggiasche denocciolate in olio d'oliva extravergine fior fiore, olio d'oliva extravergine, sale marino integrale

Portate a bollore l'acqua, salate e cuocete la pasta; tostate leggermente i pinoli, tritate finemente il prezzemolo e tagliate a striscio-line la parte gialla della scorza di limone; di-



videte a metà i pomodorini e conditeli con il basilico spezzettato e le olive a rondelle; pulite l'avocado, schiacciatelo con la forchetta e conditelo con il succo di limone, unite la crema vegetale, il prezzemolo, una presa di sale e il peperoncino; quando la pasta sarà cotta, raffreddatela velocemente sotto acqua fredda e amalgamatela con la crema di avocado; unite i pomodorini conditi e decorate con la scorza di limoni e i pinoli. (Fiorfiore in cucina, 7/2019)

Insalata di riso integrale con patate, tonno, fagiolini e pesto

200 g di riso Baldo integrale Viviverde, 2 patate, 200 g di fagiolini, 200 g di tonno leggero Coop già sgocciolato, 1 manciata di rucola, 40 g di pistacchi sgusciati, 4 cucchiaini di pesto genovese fior fiore, olio d'oliva extravergine, sale e pepe

Lavate i fagiolini, scolateli, eliminate le punte e il filo; lavate le patate, mettetele in pentola con acqua fredda e lessatele per 40 minuti circa; sbollentate i fagiolini per 3-5 minuti, scolateli, bloccate la cottura raffreddandoli sotto acqua fredda; lessate il riso, scolatelo, raffreddatelo sotto acqua fredda; scolate le patate, sbucciatele tagliate a tocchetti. Raccolgete il riso in una ciotola con le patate, i

L'idea per il pesce spada

Pesce spada alla griglia con olive e pomodorini



2 tranci di pesce spada, sale. Per il sugo: 200 g di pomodorini ciliegia, 2 cucchiaini di olive taggiasca denocciolate in olio extravergine di oliva Fior fiore, basilico, origano, olio d'oliva extravergine, sale

Lavate e tagliate finemente i pomodorini, trasferiteli in una ciotola e conditeli con il sale, l'olio, il basilico spezzettato e l'origano; mescolate e aggiungete le olive, metà tritate e metà intere, e un filo d'olio; tenete da parte. Fate scaldare una piastra e cuocete il pesce 2-3 minuti per lato, quindi regolate di sale; trasferitelo nei piatti da portata e condite con il sugo freddo di pomodorini e olive; ultimate con altro origano e servite subito. (Fiorfiore in cucina, 6/2023)



fagiolini, il tonno, la ricola i pistacchi tritati grossolanamente e condite con olio, il pesto, sale e pepe, mescolate e servite. *(Fiorfiore in cucina, 8/2021)*

Insalata di farfalle con ceci, cetriolo e limone

350 g di farfalle 3 grani Fior fiore, 250 g di ceci lessati, 1 cetriolo, 150 g di pomodorini ciliegia, 1 cipollotto rosso di Tropea, 1 limone non trattato, erbe aromatiche. Per il condimento: 4 cucchiaini di tahina (salsa di sesamo), 2 cucchiaini di senape, il succo di 1 limone non trattato, 3 cucchiaini d'acqua, 1 spicchio d'aglio, 2 cucchiaini di erbe aromatiche, sale e pepe

In una ciotola emulsionate la tahina con la senape, l'acqua e il succo di limone, aggiungete l'aglio e le erbe aromatiche tritati, sale e pepe. Lessate le farfalle in acqua bollente salata; nel frattempo lavate e tagliate a spicchi il cetriolo e lavate e tagliate a metà o in 4 i pomodorini; tritate finemente il cipollotto. Radunate tutti gli ingredienti preparati e i ceci in una ciotola capiente; scolate la pasta, passatela sotto acqua fredda, fatela raffreddare, ver-



satela nella ciotola e condite con la salsa di tahina; mescolate e completate con le erbe aromatiche e qualche spicchio di limone. *(Fiorfiore in cucina, 6/2023)*

Orecchiette ai peperoncini ripieni di tonno e capperi

250 g di orecchiette, 1 barattolo di peperoncini ripieni con tonno e capperi Fior fiore, 2 fette di pane pugliese, olio d'oliva extravergine, 1 spicchio d'aglio, sale e pepe

In una padella fate insaporire l'olio con l'aglio schiacciato, unite i peperoncini tagliati a metà e fate soffriggere con qualche istante; lessate le orecchiette, scolatele al dente e unitele nella padella con il condimento; mesco-



late aggiungendo se necessario poco acqua di cottura; servite cospargendo con il pane tritato al mixer e fatto dorare nella padella o al forno. *(Fiorfiore in cucina, 8/2022)*

Orecchiette con melone, spinacini e pistacchi

320 g di orecchiette fior fiore, 1/2 melone retato, 50 g di spinacini baby, 40 g di pistacchi Origine già sgusciati e tostati (a scelta salati o meno), 1 cucchiaio di semi di zucca, 1 cucchiaio di semi di girasole, olio d'oliva extravergine, basilico sale e pepe

Tagliate il melone a fette e poi a pezzetti di 2 cm di lato, conditelo con sale, poco olio, pepe appena macinato e lasciate insaporire in una ciotola ampia che possa contenere tutta la pasta; unite i pistacchi tritati grossolanamente agli spinacini e aggiungete un pizzico di sale, poco olio, i semi e le foglie di basilico, mescolate bene. Lessate le orecchiette e scolatele al dente; trasferitele im-



mediatamente nella ciotola con il melone, mescolate, aggiungete lo spinacino condito, un filo d'olio, un pizzico di pepe appena macinato e servite subito. *(Fiorfiore in cucina, 7/2020)*

GRANITA AL MELONE senza gelatiera con menta

Per 4 persone: 600 g di polpa di melone, 150 g di zucchero, 150 ml d'acqua, menta

Mescolate in un pentolino l'acqua e lo zucchero, poi ponete sul fuoco e cuocete fino a quando lo zucchero si sarà completamente sciolto e il composto inizierà ad addensarsi. Tagliate il melone a pezzetti e frullatelo con lo sciroppo giunto a temperatura ambiente: dovrete ottenere una crema omogenea, che trasferire in un contenitore rettangolare di metallo; ponete in freezer e mescolate con una forchetta ogni 20 minuti per un totale di 2-3 ore; servite la granita nelle coppette decorando con foglioline di menta.

(Fiorfiore in cucina, 7/2022)



Per il suo compleanno il mio nipotino mi ha chiesto in dono una pianta carnivora, ma non so a chi rivolgermi per l'acquisto e non conosco le tecniche di coltivazione di queste "strane", e da noi abbastanza rare, piantine. Vorrei qualche informazione. Grazie G. Cappelletti (Tn)

Coltivare le piante carnivore è semplice, purché vengano rispettate le loro esigenze, molto diverse da quelle delle piante d'appartamento. La nostra flora include una dozzina circa di specie carnivore spontanee, suddivise in quattro generi: **Pinguicola**, **Drosera**, **Aldrovanda** e **Utricularia**. Gli esemplari dei primi due generi sono abbastanza noti ovunque, anche se sono tipici delle torbiere d'alta quota e diffusi in particolare nelle zone



che e soprattutto per i bambini, una fonte d'interesse e di divertimento, affascinati dall'osservazione della carnivora che cattura piccoli insetti per potersene cibare e procurarsi così l'azoto e il fosforo, gli elementi chimici di cui necessita. Infatti, nell'ambiente

zione e per la loro bellezza, risultano più adatte per cominciare una piccola coltura casalinga. La prima è la **pinguicola (Pinguicola primuliflora)**, una pianticella con foglie carnose color verde sbiadito, ricoperta da peli, alla cui sommità si trova una piccolissima goccia di liquido vischioso

che serve ad intrappolare l'insetto, quasi sempre non più grande di un moscerino. Chiamata anche "erba unta" per l'aspetto untuoso delle foglie, la pinguicola comprende pure la specie selvatica sopra citata. In primavera produce fiori molto graziosi spesso vivacemente colorati, portati su steli alti circa 10 cm; per fiorire in casa necessita di pochissime cure, eccetto un alto tasso di umidità.

Conosciutissima è la **dionea (Dionea muscipula)**, chiamata anche "pigliamosche" della stessa famiglia della già citata *Drosera lungifolia*, che è stata la prima ad essere introdotta sul mercato come pianta insettivora ornamentale. È formata da una rosetta di foglie basali trasformate in speciali trappole con due lobi, dotate di setole sensibili che provocano la chiusura a scatto dei lobi stessi: questi sono provvisti di una fitta corona di ciglia che non lasciano via di fuga all'animale, dopo che vi è rimasto intrappolato.

Altre piante carnivore coltivate, presenti sul mercato, sono le **Nepentacee** che comprendono varie specie e sono ideali per vasi appesi perché hanno portamento ricadente; esse attirano gli insetti nelle loro foglie modificate a forma di sacco al cui interno si trovano potenti succhi digestivi che contengono degli enzimi simili alla pepsina che, a sua volta, è il principale enzima presente a livello gastrico nell'uomo.

Per coltivare queste piante esistono in commercio piccoli terrari per piante amanti dell'umidità; il terriccio in cui sono poste dev'essere sempre intriso d'acqua (quindi costituito soprattutto di torba) e che anche l'ambiente circostante dev'essere molto umido. Le carnivore hanno bisogno di tanta luce, anche d'inverno, ma mai dei raggi diretti del sole. La temperatura non dovrà essere mai troppo elevata: la pinguicola e la dionea, ad esempio, gradiscono temperature fresche sia nella bella che nella brutta stagione; durante l'estate, in particolare, si rende necessaria la nebulizzazione quotidiana con acqua a temperatura ambiente.

I floricoltori raccomandano di evitare di nutrire queste piantine con pezzetti di carne o altro e di lasciarle invece libere di intrappolare da sole i piccoli insetti.

Pinguicola, dionea e Nepentacee

Carnivore: le piante che catturano gli insetti

Anche la nostra flora include piante carnivore che mangiano insetti: piccole e graziose, sono molto amate dai bambini, per i quali possono essere anche uno strumento di educazione alla natura

di Iris Fontanari



Nelle foto: la Pinguicola primuliflora (foto Wikipedia), la dionea (Dionea muscipula), nota come "pigliamosche", e la Drosera rotundifolia

molto umide; non sono facilmente reperibili, non perché molto rari, ma perché piccoli e poco appariscenti. Tuttavia, passeggiando per i prati umidi, soprattutto in estate, è possibile trovare anche da noi la **Drosera rotundifolia**, dalle piccole foglie rotonde con setole rossicce, e la **Pinguicola vulgaris**, coi piccoli e bellissimi fiori viola, due gioielli della nostra **flora spontanea protetta**.

Nei vari garden center o nei negozi di floricultura è sempre più facile trovare queste specie vegetali, che non costituiscono più una rarità e che possono rappresentare, an-

naturale in cui queste piante vegetano, la disponibilità dei due elementi - fondamentali per costruire composti organici - può essere molto limitata, e le carnivore suppliscono in questo modo a questa carenza.

Le specie facilmente reperibili sul mercato sono quelle che, per la semplicità di coltiva-

Se porti il tuo numero in CoopVoce



ATTIVAZIONE E PRIMO MESE GRATUITO

**ULTIMI
GIORNI**



200 Giga 7,90€

EVO 200 ✦ 200 GIGA ✦ MINUTI ILLIMITATI ✦ 1000 SMS

Iniziativa valida dall'8 giugno al 5 luglio 2023



Iniziativa attivabile
anche con Self SIM

coopvoce
Comunicare è semplice

Dall'8 giugno al 5 luglio 2023 è disponibile per chi richiede la portabilità del numero in CoopVoce "EVO 200" che prevede ogni mese, in territorio nazionale, 200 GIGA di traffico internet in 4G, minuti illimitati e 1000 SMS verso numeri fissi e mobili al costo di 7,90€. I minuti sono tariffati sugli effettivi secondi di conversazione, senza scatto alla risposta e le connessioni internet a singolo kbyte. Al superamento degli SMS compresi nel mese si applicano le condizioni del piano tariffario, mentre il traffico internet è inibito. L'offerta scelta si rinnova automaticamente ogni mese. Se il credito residuo non è sufficiente, l'offerta è sospesa per 30 giorni. Per riattivarla è necessario ricaricare entro 30 giorni, altrimenti verrà disattivata. In caso di sospensione il traffico voce e SMS è tariffato secondo le condizioni del piano tariffario, mentre il traffico internet è inibito. L'offerta è attivabile a 9,90€ anche dai già clienti, che verranno scalati dal credito residuo della SIM insieme al canone del primo mese. Il traffico voce, SMS e dati dell'offerta "EVO 200" è utilizzabile anche nei Paesi dell'Unione Europea, conformemente e nel rispetto di quanto previsto dai Regolamenti UE 2015/2120 e 2016/2286 (RLAH). L'uso del servizio è personale, secondo quanto previsto dall'art.4 delle CONDIZIONI GENERALI DI CONTRATTO. Per maggiori dettagli sull'offerta, policy di corretto utilizzo e limitazioni, condizioni generali di contratto, visita il sito www.coopvoce.it. I clienti che nello stesso periodo richiedono la portabilità del numero con "EVO 200" in negozio o tramite negozio online non pagheranno i costi di attivazione della SIM e il primo mese è gratuito. Per chi, invece, richiede la portabilità del numero dopo l'acquisto di una Self SIM, a portabilità avvenuta, riceverà un bonus di traffico telefonico pari al costo di 9,90€ sostenuto per l'acquisto.



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 • 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 • S. LORENZO IN BANALE, Strada Noa, 2 • STRIGNO Via Roma, 27 • STORO Via Conciliazione, 22 • TRANSACQUA Viale Piave, 169 • TRENTO Piazza G. 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 • VILLALAGARINA Via 25 Aprile, 50
PROVINCIA DI BELLUNO: AGORDO Via Insurrezione, 18 • FALCADE Piazza Mercato • SEDICO Via Gerolamo Segato, 11 • **PROVINCIA DI BOLZANO:** BOLZANO Via Macello, 29 - Palais Campofranco • MONGUELFO Via Pusteria, 17 • SALORNO Via Trento, 18



USA I PUNTI

DAL 22 GIUGNO
AL 5 LUGLIO 2023

VALIDA
NEI NEGOZI
ADERENTI



Mozzarelline Brimi

125 g
11,92 € al kg



SOLO PER I SOCI

80 PUNTI e 0,69 €

ANZICHÉ 2,19 €

Formaggini Crema Bel Paese Galbani

pz. 2 - 56 g
10,54 € al kg



SOLO PER I SOCI

30 PUNTI e 0,29 €

ANZICHÉ 0,85 €

Gelato Croccante Algida

amarena - cacao
pz. 8 - 464 g
8,38 € al kg



SOLO PER I SOCI

180 PUNTI e 2,09 €

ANZICHÉ 5,19 €

Cetrioli agrodolci Zuccato

330 g - sgocc. 190 g
7,63 € al kg



SOLO PER I SOCI

50 PUNTI e 0,89 €

ANZICHÉ 1,85 €

Peperonata Saclà

290 g
5,83 € al kg



SOLO PER I SOCI

80 PUNTI e 0,89 €

ANZICHÉ 2,49 €

Condiverde Saclà

Riso leggero 290 g - sgocc. 175 g al kg 12,29 € -
Per Farro 285 g al kg 7,54 €



SOLO PER I SOCI

120 PUNTI e 0,95 €

ANZICHÉ 2,69 €

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

Il numero dei prodotti presente in negozio può essere inferiore a quello presentato in questa pagina a seconda dell'assortimento e delle dimensioni del punto vendita. Iniziativa promossa da SAIT soc. coop. Consorzio delle Cooperative di Consumo Trentine con sede in Via Innsbruck, 2 a Trento. Regolamento disponibile presso il Punto Vendita partecipante. Promozione valida nei punti vendita aderenti che espongono i materiali dell'iniziativa.



USA I PUNTI

DAL 6 AL 19 LUGLIO 2023

VALIDA
NEI NEGOZI
ADERENTI



Lasagne Sfogliavelo Giovanni Rana

250 g
7,00 € al kg



SOLO PER I SOCI

80 PUNTI e **0,95 €**

ANZICHÉ **2,29 €**

Gelato Maxibon classic Nestlé

pz. 4 - 384 g
8,46 € al kg



SOLO PER I SOCI

170 PUNTI e **1,55 €**

ANZICHÉ **4,79 €**

Crauti al naturale Zuccato

770 g
2,19 € al kg



SOLO PER I SOCI

70 PUNTI e **0,99 €**

ANZICHÉ **2,15 €**

Thè San Benedetto

assortito
500 ml
0,98 € al litro



SOLO PER I SOCI

30 PUNTI e **0,19 €**

ANZICHÉ **0,69 €**

Spremuta di Mela Melchiori

bottiglia 750 ml
1,99 € al litro



SOLO PER I SOCI

70 PUNTI e **0,79 €**

ANZICHÉ **1,95 €**

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

Il numero dei prodotti presente in negozio può essere inferiore a quello presentato in questa pagina a seconda dell'assortimento e delle dimensioni del punto vendita. Iniziativa promossa da SAIT soc. coop. Consorzio delle Cooperative di Consumo Trentine con sede in Via Innsbruck, 2 a Trento. Regolamento disponibile presso il Punto Vendita partecipante. Promozione valida nei punti vendita aderenti che espongono i materiali dell'iniziativa.

FINO AL 31 AGOSTO 2023

sodastream®

Duo Black

- 1 gasatore DUO black
- 2 bottiglie da 1L, in vetro e in PET lavabili in lavastoviglie
- 1 cilindro Quick Connect a incastro rapido

Terra White

- 1 Gasatore TERRA white
- 1 bottiglia lavabile in lavastoviglie da 1 L
- 1 cilindro Quick Connect a incastro rapido



~~€ 163,00~~
€ 135,90



~~€ 92,90~~
€ 73,90

Concentrati Pepsi

- Confezione da 440 ml
- Con una confezione si possono preparare 9L di bevande
- Pepsi, Pepsi Max, 7UP, Mirinda



~~€ 6,39~~
€ 4,59

LIBERTYGROSS

**FORNITURE
ALBERGHIERE**

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

DA LUNEDÌ A VENERDÌ
9:00 - 17:30

fornitore ufficiale di:



MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 13 LUGLIO 2023

CONSEGNA DAL 16 AL 31 AGOSTO 2023

coop
Trentino

FAMIGLIA
COOPERATIVA

coop
SUPERSTORE

nr. 298 ASCIUGACAPELLI DA VIAGGIO HC25 BEURER

- Potenza 1200/1600 W
- 2 livelli di calore, 2 livelli di ventilazione, colpo di freddo per fissare l'acconciatura
- Funzione agli ioni integrata per capelli morbidi e lucenti
- Bocchetta stretta
- Dispositivo antisurriscaldamento automatico
- Commutazione di tensione per un utilizzo universale
- Impugnatura pieghevole ed ergonomica

PREZZO € 29,90
OFFERTA € 23,90
PREZZO SOCI € 19,90
SCONTO 33%



nr. 297 FERRO ARRICCIACAPELLI C451E BABYLISS

- Temperatura max 210°C
- Diametro 25 mm
- Rivestimento in Quartz-ceramic
- Tecnologia riscaldamento Advanced Ceramics™
- 6 impostazioni di temperatura da 160°C a 210°C
- Ferro extra-lungo
- Auto-spegnimento di sicurezza
- Cavo girevole 2,5 m
- Tappetino termo-resistente

PREZZO € 39,90
OFFERTA € 34,90
PREZZO SOCI € 29,90
SCONTO 25%



nr. 296 RIFINITORE VISO E110E BABYLISS

- Trimmer di precisione con struttura in metallo
- Testina naso con forma a diamante
- Lama di precisione, due pettini per sopracciglia da 3 e 5 mm, testine lavabili
- Include 1 batteria (AA) e pochette

PREZZO € 35,90
OFFERTA € 29,90
PREZZO SOCI € 24,90
SCONTO 30%



nr. 295 BILANCIA MECCANICA PESAPERSONE MS40 BEURER

- Modello classico con scala graduata a vista
- Superficie gommata antiscivolo
- Portata 136 kg/graduazione 500 g
- Nero opaco puro
- Dimensioni cm 43x28,5x8,3

PREZZO € 48,90
OFFERTA € 43,90
PREZZO SOCI € 38,90
SCONTO 20%



nr. 299 MISURATORE DI PRESSIONE DA POLSO SBC15 BEURER

- Misurazione automatica della pressione e del battito cardiaco
- Ampio display LCD con data e ora, dispositivo di arresto
- Memorizzazione degli esiti di ogni misurazione (2x60 posizioni di memoria) Classificazione dei risultati di misurazione con scala colorata.
- Manicotto per circonferenza polso di 14,0-19,5 cm
- Include 2 batterie AAA

PREZZO € 25,90
OFFERTA € 21,90
PREZZO SOCI € 18,90
SCONTO 27%



MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 13 LUGLIO 2023

CONSEGNA DAL 16 AL 31 AGOSTO 2023

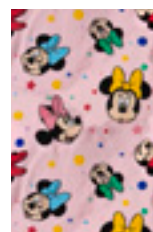


ASCIUGAMANO DISNEY CALEFFI

- Spugna 100% cotone - 300 g/mq



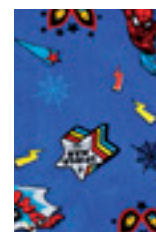
CM 50X80



MINNIE
FIOCCO

nr.
261

PREZZO €
OFFERTA €
PREZZO SOCI €



SPIDERMAN
POWER

nr.
262

11,50
7,90
5,50

SCONTO
52%

ACCAPPATOIO CON CAPPUCCIO DISNEY CALEFFI

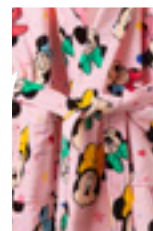
- Spugna idrofila 100% - 320 g/mq



TAGLIA 6

TAGLIA 8

TAGLIA 10



MINNIE
FIOCCO

nr.
255

nr.
256

nr.
257

PREZZO €
OFFERTA €
PREZZO SOCI €



SPIDERMAN
POWER

nr.
258

nr.
259

nr.
260

44,90
29,90
26,90

SCONTO
40%

TELO COPRITUTTO JASMINE

- Telo copritutto in cotone 100% stampa melange
- Misure Singolo cm 170x250
Matrimoniale cm 250x250



GRIGIO



TITANIO



CREMA



TORTORA



BLU



VERDE

1 PIAZZA

nr.
275

nr.
277

nr.
279

nr.
281

nr.
283

nr.
285

PREZZO € **11,40**
OFFERTA € **8,90**
PREZZO SOCI € **6,90**



SCONTO **39%**

2 PIAZZE

nr.
276

nr.
278

nr.
280

nr.
282

nr.
284

nr.
286

PREZZO € **15,50**
OFFERTA € **11,90**
PREZZO SOCI € **9,90**



SCONTO **36%**

COMPLETO LETTO JASMINE

- Completo lenzuola bicolore in puro cotone stampa melange
- Composizione: 100% cotone
- Misure singolo: lenzuolo sopra cm 150x280
lenzuolo sotto cm 90x195
1 federa cm 50x80

1 piazza e mezza: lenzuolo sopra cm 180x280
lenzuolo sotto cm 125x195
1 federa cm 50x80

matrimoniale: lenzuolo sopra cm 240x280
lenzuolo sotto cm 170x195
2 federe cm 50x80



GRIGIO/TITANIO



TORTORA/CREMA



BLU/CREMA



VERDE/CREMA

1 PIAZZA

nr.
263

nr.
266

nr.
269

nr.
272

PREZZO € **21,50**
OFFERTA € **17,90**
PREZZO SOCI € **14,90**



SCONTO **30%**

1 PIAZZA
E MEZZA

nr.
264

nr.
267

nr.
270

nr.
273

PREZZO € **29,90**
OFFERTA € **22,90**
PREZZO SOCI € **18,90**



SCONTO **36%**

2 PIAZZE

nr.
265

nr.
268

nr.
271

nr.
274

PREZZO € **34,50**
OFFERTA € **27,90**
PREZZO SOCI € **22,90**



SCONTO **33%**



MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 13 LUGLIO 2023

CONSEGNA DAL 16 AL 31 AGOSTO 2023

coop
Trentino

**FAMIGLIA
COOPERATIVA**

coop
SUPERSTORE

nr. 300 ASPIRAPOLVERE PORTATILE RICARICABILE AP 16 GIRMI

- Tecnologia "Wet & Dry"
- Potenza 40W - Potenza aspirante > 2.3 kPa
- Batteria Litio 7.4V - 1500 mAh
- Autonomia fino a 20 minuti - Ricarica in 3 ore
- Capacità contenitore 500 ml
- Capacità contenitore - liquidi: 100 ml
- Svuotamento igienico del contenitore della polvere
- Base di ricarica con possibilità di montaggio a muro
- Accessori: Beccuccio a lancia, bocchetta per liquidi



PREZZO € 62,90
OFFERTA € 52,90
PREZZO SOCI € 49,90 **SCONTO 20%**



nr. 301 BILANCIA PER BAGAGLIO LS 06 BEURER

- Display LCD con retroilluminazione blu
- Funzione fermo-pesata automatica
- Con cintura di fissaggio per una soluzione salvaspazio
- Tecnologia di accensione: Button-On
- Dispositivo di arresto automatico, indicatore di sovraccarico
- Portata: 40 kg



PREZZO € 21,90
OFFERTA € 16,90
PREZZO SOCI € 13,90 **SCONTO 36%**



nr. 304 IDROPULTRICE DIGIT 150 L 28 LAVOR

- Idropultrice ad acqua fredda
- Potenza 2100 W
- Potenza max 150 bar
- Portata 450 l/h
- Digital Control System
- Automatic Stop System
- Testina Variojet con getto regolabile spillo/ventaglio
- Sistema schiumogeno regolabile
- Accessori inclusi: pistola con attacco rapido, lancia senza testina, testine vari diametri, innesto rapido, lancia schiuma con serbatoio, lavapavimenti L 28



PREZZO € 299,00
OFFERTA € 224,00
PREZZO SOCI € 199,90 **SCONTO 33%**



nr. 303 AURICOLARE BLUETOOTH ROSSO CELLULARLINE

- Ottimizzazione della qualità delle chiamate, qualità del suono cristallina e senza distorsioni, anche al massimo del volume
- Materiale morbido ultra-flessibile
- IPX5: resistente a pioggia e sudore
- Accessori inclusi: gommini in 3 misure - cavo di ricarica
- Inclusa custodia morbida da viaggio, con chiusura magnetica
- Play time: 20 ore



PREZZO € 38,90
OFFERTA € 32,90
PREZZO SOCI € 25,90 **SCONTO 33%**



nr. 302 POWER BANK ESSENCE 10000 mAh ROSSO CELLULARLINE

- Power Bank ESSENCE 10000 caricabatterie portatile da 10000 mAh - che garantisce ottime prestazioni per una ricarica emergenziale dello smartphone, erogando fino a 12W di potenza
- È dotato di due porte INPUT USB-C e MICRO USB per la carica del caricabatterie e di una porta USB OUTPUT per la ricarica del device
- Design studiato per offrire le migliori prestazioni: verniciatura antiscivolo e rivestimento in materiale soft touch



PREZZO € 39,90
OFFERTA € 34,90
PREZZO SOCI € 28,90 **SCONTO 27%**



nr. 290 **PIASTRA RIGATA RETTANGOLARE CM 32X39 BALLARINI**

- Piastra rettangolare in alluminio pressofuso ad alto spessore
- Con righe orizzontali
- Rivestimento antiaderente nero
- Fondo adatto a piani a gas, piastra elettrica vetroceramica, forno



PREZZO € 41,90
OFFERTA € 29,90
PREZZO SOCI € 25,90 **SCONTO 38%**

nr. 289 **PIASTRA LISCIA QUADRA CM 24X24 BALLARINI**

- Piastra quadra in alluminio pressofuso ad alto spessore
- Fondo interno liscio
- rivestimento antiaderente nero
- Fondo adatto a piani cottura a gas, piastra elettrica vetroceramica, forno



PREZZO € 29,90
OFFERTA € 19,90
PREZZO SOCI € 17,90 **SCONTO 40%**

nr. 287 **SERVIZIO TAVOLA MADISON LIPARI TOGNANA 18 PEZZI**

- Servizio tavola in gres porcellanato
- 6 Piatti piani Ø cm 27
- 6 Piatti fondi Ø cm 20
- 6 Piatti dessert Ø cm 19
- Lavabile in lavastoviglie
- Adatto a microonde
- Colori come foto



PREZZO € 72,90
OFFERTA € 49,90
PREZZO SOCI € 39,90 **SCONTO 45%**

nr. 288 **SET 2 TAGLIERI MADISON LIPARI TOGNANA**

- Tagliere ceramica e legno
- Misure cm 18x12



PREZZO € 11,90
OFFERTA € 7,90
PREZZO SOCI € 6,90 **SCONTO 42%**

nr. 292 **MIXER AD IMMERSIONE MX38 GIRMI**

- Potenza: 800 W
- 2 velocità di funzionamento
- Motore DC
- Fusto inox smontabile per il lavaggio
- Fusto lungo cm 19
- Gruppo lame speciale con 4 lame
- Bicchiere incluso
- Dimensioni Ø cm 6,5x38,5



PREZZO € 40,90
OFFERTA € 32,90
PREZZO SOCI € 29,90 **SCONTO 26%**

nr. 293 **FRULLATORE - BLENDER G20122 G3 FERRARI**

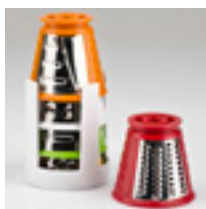
- Bicchiere in vetro graduato, Capacità 1,5 lt
- 6 Lame frantumazione ghiaccio
- 2 velocità di funzionamento + Pulse
- Sicurezza di funzionamento nell'alloggio del bicchiere
- Coperchio con guarnizione, piedini antiscivolo
- Dimensioni cm 18x18x40 H



PREZZO € 57,90
OFFERTA € 47,90
PREZZO SOCI € 42,90 **SCONTO 25%**

nr. 291 **AFFETTAVERDURE & GRATTOGIA GT 45 GIRMI**

- Potenza: 150 W
- Rulli in acciaio INOX
- 5 rulli di taglio: 2 per julienne, 2 per affettare, 1 per grattugiare
- Tubo d'inserimento e vassoio in plastica trasparente
- Completamente smontabile per una pulizia facilitata
- Accessori inclusi: 5 rulli, porta accessori, premicibo
- Dimensioni cm 21x16,5x29,5



PREZZO € 53,90
OFFERTA € 45,90
PREZZO SOCI € 39,90 **SCONTO 25%**



nr. 294 **BILANCIA ELETTRONICA DA CUCINA KS 1060 LAICA**

- Ciotola inclusa
- Portata/divisione 5 kg/1 g
- Funzionamento con 2 batterie AAA (non incluse)
- Dimensioni cm 22x15,5x10,8



PREZZO € 22,90
OFFERTA € 17,90
PREZZO SOCI € 14,90 **SCONTO 34%**

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

FINO AL 31 AGOSTO 2023

INFORMAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA



BASTONCINI TREKKING 2 PEZZI

GRIGIO/BLU



NERO/ROSSO



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

PREZZO € 31,90
OFFERTA € 24,90

PREZZO SOCI € **19,90**



SCONTO **37%**

ZAINO HIKE

- Zaino da trekking comodo, versatile e leggero per escursioni di vario impegno
- Compatibile con hydro-bag
- Coprizaino integrato
- Busto: ACS (Air Circle System)
- 2 scomparti principali con chiusura a zip
- 2 tasche laterali con rete
- Fibbie di compressione laterali
- Fibbie porta materassino
- Ganci porta accessori

25 LITRI

- Peso: 1180 g

PREZZO € 74,90
OFFERTA € 54,90



PREZZO SOCI € **44,90**

SCONTO **40%**



ROSSO



BLU



35 LITRI

- Peso: 1220 g

PREZZO € 84,90
OFFERTA € 59,90



PREZZO SOCI € **49,90**

SCONTO **40%**



MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

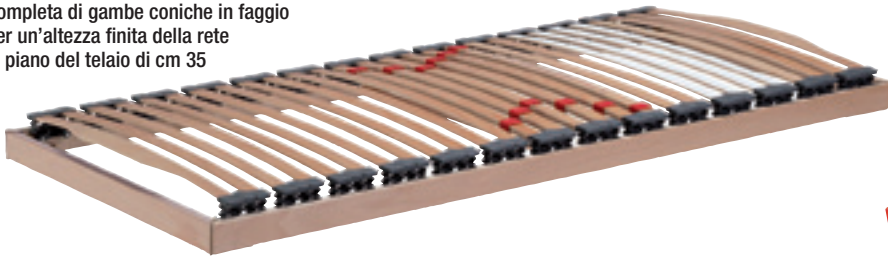
FINO AL 30 SETTEMBRE 2023

INFORMAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA



RETE IN LEGNO MAYA FISSA

- Telaio in faggio evaporato spessore mm 25x70
- Doghe in faggio evaporato da mm 38 montate su sospensioni attive, che permettono alla rete di adeguarsi ai movimenti della persona e del materasso
- Dotata di doghe alleggerite per una maggiore accoglienza in zona spalle e, al contrario, con regolazione di rigidità sulle 6 doghe centrali per offrire maggior supporto in zona bacino
- Completa di gambe coniche in faggio per un'altezza finita della rete al piano del telaio di cm 35



SINGOLO CM 80X190

PREZZO € 269,00
OFFERTA € 199,00



PREZZO SOCI € 179,00

SCONTO 33%

MATRIMONIALE CM 160X190

PREZZO € 529,00
OFFERTA € 389,00



PREZZO SOCI € 349,00

SCONTO 34%

RETE IN LEGNO MAYA MOTORIZZATA SINGOLA CM 80X190

- Telaio in faggio evaporato spessore mm 25x70
- Doghe in faggio evaporato da mm 38 montate su sospensioni attive che permettono alla rete di adeguarsi ai movimenti della persona e del materasso
- Dotata di doghe alleggerite per una maggior accoglienza in zona spalle e, al contrario, con regolazione di rigidità sulle 6 doghe centrali per offrire maggior supporto in zona bacino
- Completa di gambe cm 35 H e di ferma materasso
- Il motore è integrato nella struttura in legno, è silenzioso e privo di leverismi, in tal modo la rete può essere utilizzata anche in appoggio su di un piano pieno



PREZZO € 699,00
OFFERTA € 529,00

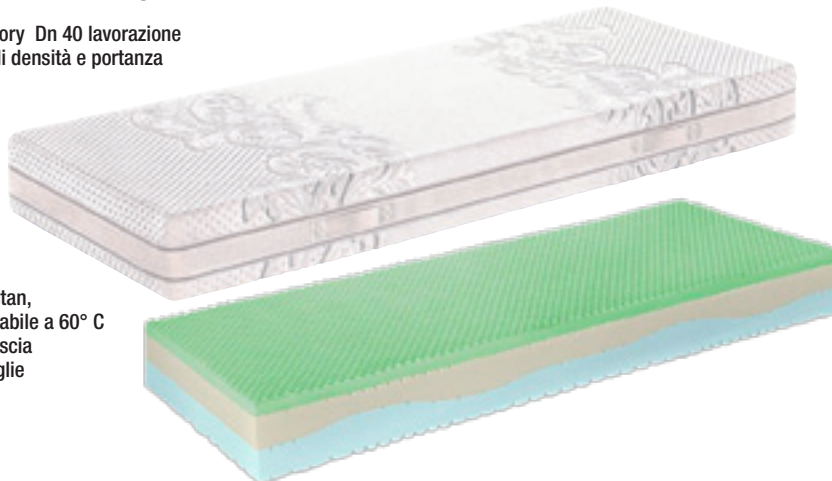


PREZZO SOCI € 489,00

SCONTO 30%

MATERASSI IN MEMORY "PERFETTO"

- Lastra in Aquatech e Memory Dn 40 lavorazione Comfort Profile a 3 strati di densità e portanza
- Altezza totale circa 22 cm
- Base e strati intermedi in schiuma emulsionata ad acqua, in densità 25/30 a portanza progressiva
- Fodera interna in Jersey di Cotone
- Fodera esterna in tessuto a maglia in cotone ed Elastan, divisibile in due parti e lavabile a 60° C
- La fodera è completa di fascia 3 D volumetrica e di maniglie in ecopelle



SINGOLO CM 80X190

PREZZO € 299,00
OFFERTA € 219,00

PREZZO SOCI € 199,00



SCONTO 33%

MATRIMONIALE CM 160X190

PREZZO € 699,00
OFFERTA € 439,00

PREZZO SOCI € 399,00



SCONTO 42%



Un aiuto per riemergere dalla devastazione.

Coop è al fianco della popolazione colpita dall'alluvione e ha già stanziato un milione di euro a sostegno delle regioni Emilia-Romagna e Marche. In questo terribile momento c'è bisogno dell'aiuto di tutti, anche del tuo.

Dona anche tu alle casse 2, 5, 10 euro oppure sul conto corrente dedicato intestato a Coop Italia

IBAN IT 94 T 02008 05364 000106764648



www.coop.it