

# cooperazione tra **consumatori**



**CONSORZIO  
SAIT**

**Assemblea 2023**

**FAMIGLIA  
COOPERATIVA  
PERGINESE**

**La rete di 14 negozi**

**PRODOTTI COOP**

**Di' la tua sui prodotti**

## **LA SOSTENIBILITÀ CHE CRESCE**

**Il concorso dedicato alle cooperative.  
Coop al Festival Asvis.  
Le iniziative che promuovono  
la sostenibilità ambientale e sociale**



**postatarget**  
magazine  
DC00S4234  
NAZ/62/2008  
Posteitaliane

www.consumatoriinitalia.com  
coop

**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**

# La banca a misura di teenager.



Marketing CCB | 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. Funzionalità contactless disponibile sui POS abilitati.

**oraomai  
più**

**CASSE RURALI  
TRENTINE**



Oraomai più è un sistema di offerta dinamico e flessibile che risponde alle tue esigenze. La carta prepagata under 18 permette di gestire le tue risorse in libertà. Disponibile anche come conto corrente o deposito a risparmio.

**Spazio  
anoi**

**GRUPPO  
CASSA  
CENTRALE**

Scopri di più su [oraomai piu.it](http://oraomai piu.it)



# sommario

- 6** **primo piano** sostenibilità  
Il concorso per le cooperative, fino al 5 luglio 2023  
**Le cooperative per la sostenibilità**
- 7** Coop al Festival Asvis 2023  
**La sostenibilità tiene acceso il futuro**
- 8** Coop Trentino Sait al Festival Educa 2023  
**Ilbardiverso, luogo d'incontro e d'inclusione**
- 9** Cooperazione e Famiglie Cooperative con la Scuola  
**In Famiglia Cooperativa la spesa diventa consapevole**
- 10** Concorso "Lotta allo spreco alimentare"  
**La sostenibilità passa dalla riduzione degli sprechi**
- 11** In memoria di Agitu Ideo Gudeta  
**Il premio per le donne che innovano in agricoltura**
- 12** **cooperazione** di consumo  
Assemblea Consorzio Sait 2023  
**Cooperare nella complessità**
- 15** Tanti prodotti, alimentari e non, da provare  
**Più che buono: approvato da te!**  
*di Giorgia Nardelli*
- 14** **famiglie** cooperative  
Famiglia Cooperativa Perginese  
**Assemblea 2023: un nuovo esercizio positivo, e nuovi progetti**  
*di Cristina Galassi*
- 16** **solidarietà**  
L'assemblea dei soci 2023  
**Admo Trentino: un anno di nuovi record**
- 17** **società**  
Associazione Donne in Cooperazione  
**Le parole che cambiano il mondo**
- 19** In tutto il Trentino  
**Curainsieme, formazione e sostegno per chi assiste familiari anziani**
- 22** La "Biblioteca vivente"  
**Persone che si fanno "libri"**  
*di Antonella Valer*

- 23** Il murale al Liceo Da Vinci  
**Un murale per Fausto e Iaio**  
**La memoria, in attesa della verità**  
*di Alberto Conci*

- 20** **educazione**  
Versatevi un bicchiere d'acqua e...  
**La lezione dell'acqua**  
*di Silvia Martinelli*

- 25** **ambiente**  
L'ambiente, la fauna e gli umani  
**Gli strumenti per la coesistenza**  
*di Maddalena di Tolla Deflorian*

- 28** **tempo libero**  
Le convenzioni dedicate ai soci  
**Estate nei parchi, con Carta In Cooperazione**

- 30** **prodotti coop**  
Prendersi cura di sé  
**Belli dentro**  
*di Claudio Strano*

## rubriche

- 27** **cultura libri**  
**Le recensioni del mese**  
*a cura di Franco Sandri*

- 32** **mangiare e bere**  
Quasi tutto vegetariano  
**In teglia!**

- 34** **coltivare**  
L'acetosa  
**Fresche foglie dissetanti**  
*di Iris Fontanari*



15

### Più che buono: approvato da te!

Ripartono i test sui prodotti a marchio Coop, assaggiati e messi alla prova direttamente dai soci. Dal vivo e ora anche online (<https://www.coop.it/approvato-dai-soci>). Ecco come fare



21

### Il Muse verso i 10 anni

Nuovi servizi, eventi, appuntamenti, nuove mostre, attività anche per i più piccoli... fino alla grande festa del 22 luglio per festeggiare il 10° compleanno del Muse



30

### Belli dentro

Coop lancia la sua cosmesi per viso e corpo con prodotti sicuri ed efficaci. Nella linea Cosmecos il meglio della ricerca "mirata" sulle esigenze della pelle, mentre Chiringuito punta al piacere sensoriale



32

### In teglia!

Escono dal forno appetitose e fragranti le pizze veloci, le torte salate, le sfogliate, le focacce, i crumble e i timballi. Ricette facili, con tante verdure dai sapori mediterranei



**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](http://www.coopvoce.it)

## Il lupo

In 80 anni di vita in montagna non ho mai visto né incontrato un lupo. La sorte mi ha risparmiato questa esperienza. Almeno fino ad oggi.

Il lupo però lo conosco fin da bambino, dalle fiabe di Cappuccetto rosso e dei Tre porcellini, dalla favola del lupo e l'agnello e da quella di quel balordo di giovane pastore che finì nelle sue fauci dopo aver urlato al lupo al lupo senza essere stato più creduto.

Il lupo è cattivo, infido, feroce e, insieme all'orco, che mangia i bambini, mette e incute paura.

Ma, mentre l'orco è un parto della fantasia e lo troviamo solo sui libri per i piccoli, il lupo esiste davvero, in natura. Rappresenta un pericolo, una minaccia costante per tutti, oltre che un'insidia permanente per il contadino e le sue bestie.

Solo Francesco riuscì ad ammansirlo, in quel di Gubbio, per tranquillizzarne gli abitanti spaventati. Ma lui era un santo.

In Val Rendena l'ultimo esemplare autoctono di lupo fu ucciso qualche secolo fa a Pelugo, preso a fucilate nei pressi della chiesa dedicata a sant'Antonio abate, il protettore degli animali domestici. E la popolazione tirò un respiro di sollievo. Finalmente poteva recarsi a lavorare tranquilla nei campi e nei boschi e condurre il bestiame al pascolo senza preoccupazione.

La sua ricomparsa in questi ultimi anni ha messo in apprensione e fatto riemergere antiche paure.

La sua presenza è stata segnalata in diversi luoghi. Nelle pertinenze di alcuni masi di mezza montagna ha ucciso e sbranato un cervo, e lo si è visto percorrere liberamente le vie di alcuni centri abitati, là dove i cani sono costretti al guinzaglio.

La gente non si sente più sicura, nemmeno quando esce dalla porta di casa per spostarsi in paese o quando i ragazzi si allontanano da essa per i loro giochi all'aperto. Non parliamo di chi si

deve recare nel bosco.

La speranza è che non si ripeta coi lupi quanto accaduto a Caldés con l'orso.

L'auspicio è che chi ha provocato o favorito o solo permesso il ritorno del lupo in queste valli provveda in fretta a ripristinare lo *status quo ante* e a restituire agli abitanti la tranquillità che si erano guadagnata e di cui hanno goduto sin qui.

Darwin nel suo testo sull'Origine della specie afferma che il secondo dei tre principi fondamentali per la sopravvivenza, dopo quello di procurarsi il cibo, è quello della difesa con qualsiasi mezzo del territorio dove si vive, quello che in tedesco viene definito Heimat.

L'invito, rivolto a tutti, è a riflettere bene sul problema, prenderne coscienza e partecipare alla sua soluzione. Lo si deve a quanti vivono la montagna e della montagna. Pena il suo spopolamento. Sempre che da qualche parte non si sia già deciso di toglierla all'uomo per darla in pasto ai cosiddetti grandi predatori.

Gli ultimi accadimenti stanno a dimostrare che non c'è compatibilità tra uomo e orso e tra uomo e lupo in aree ormai fortemente antropizzate come le nostre, parlo delle terre percorse dalla Sarca, dal Chiese, dal Noce e dall'Avisio.

Sembra che il lavoro meritorio del nostro movimento cooperativo, nato proprio su queste montagne secoli fa con don Guetti, per arginare l'emigrazione, la desertificazione delle valli e restituire dignità alle persone che le abitano con iniziative solidali nel campo dell'organizzazione del lavoro e della promozione di servizi, stia per essere vanificato da decisioni infelici, se non cervelotiche quanto meno discutibili, comunque imposte senza tener conto della volontà di chi vi risiede, che è sempre stata contraria alla reintroduzione di questi animali e che ne sta pagando le conseguenze in maniera oltremodo pesante...



**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 16-05-2023  
La tiratura del numero  
di maggio 2023 di  
"Cooperazione tra Consumatori"  
è stata di 38.911 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,  
Franco Sandri, Antonella Valer.

**IMPAGINAZIONE**  
Scripta società cooperativa

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

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





o le storie inviate per la partecipazione al concorso devono quindi necessariamente essere riferite ad **attività o esperienze che testimoniano l'impegno della cooperativa rispetto a uno o più dei 17 Obiettivi di Sviluppo Sostenibile oggetto del concorso.**

Le categorie sono tre: **Fotografia, Cortometraggi, Racconto o canzone.**

Le opere che saranno ammesse al concorso dovranno avere le caratteristiche tecniche descritte nel Regolamento e dovranno mostrare con creatività e sensibilità il percorso verso la Sostenibilità, nei suoi aspetti sociali, ambientali ed economici.

Il modulo di partecipazione e l'opera dovranno essere inviate entro il 5 luglio 2023 via e-mail a Serena Andriago, Ufficio Progetti

nia, Calabria, Molise, Puglia, Sicilia) per un totale quindi di 27 premi.

Il concorso prevede una tappa regionale e una nazionale.

Alle 27 opere vincitrici del concorso verranno assegnati rispettivamente: **500 euro** per il terzo classificato e **800 euro** per il secondo classificato. La prima classificata per ogni categoria, premiata a Roma, riceverà **1000 euro**. La premiazione regionale sarà curata dalle Unioni regionali e /o per macroarea. Il concorso è indetto in collaborazione con **Fondosviluppo.**

**La premiazione nazionale avverrà il 25 ottobre 2023**, al Palazzo della Cooperazione di Roma, nell'ambito della **Giornata della sostenibilità Cooperativa** promossa da Confcooperative.

Il concorso per le cooperative, fino al 5 luglio 2023

## Le cooperative per la sostenibilità

Un concorso per raccontare come le cooperative contribuiscono al raggiungimento dei 17 obiettivi di Sviluppo Sostenibile dell'Agenda 2030 delle Nazioni Unite. In palio 27 premi

**P**er dare voce all'impegno della cooperazione, Confcooperative promuove il Concorso "La sostenibilità in cooperativa" (3ª edizione), che ha lo scopo di raccontare attraverso foto, video, canzoni e storie come le cooperative contribuiscono al raggiungimento dei **17 obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDGs)** dell'Agenda 2030 delle Nazioni Unite.

L'Agenda 2030 è nata nel 2015 per stabilire obiettivi da raggiungere, a livello globale, per migliorare la vita delle persone e dell'ambiente e per permettere la staffetta, tra generazioni, di un pianeta vivibile e di una società giusta.

### COME PARTECIPARE

La partecipazione al concorso è gratuita, riservata alle associate della Federazione della Cooperazione Trentina ed è possibile dal 20 aprile al 5 luglio 2023.

Oggetto del concorso sono le opere che ritraggono e/o raccontano attività riconducibili ai 17 Obiettivi (SDGs) dell'Agenda 2030. Le fotografie, i video, le canzoni



Speciali, [serena.andriago@fcoop.it](mailto:serena.andriago@fcoop.it).

Tutte le informazioni relative alla modalità di partecipazione e premiazione sono su: <https://www.confcooperative.it/LInformazione/Primo-Piano/giornata-della-sostenibilita224-cooperativa-il-bando-per-partecipare-al-concorso>

### PREMIAZIONE

Verranno premiate le 3 cooperative vincitrici per ogni categoria (3: fotografia, cortometraggi e racconto o canzone) di ogni macroarea (3 macroaree: 1 - Friuli Venezia Giulia, Liguria, Lombardia, Piemonte, Trentino Alto Adige, Valle D'Aosta, Veneto; 2 - Emilia Romagna, Lazio, Marche, Sardegna, Toscana, Umbria; 3 - Abruzzo, Basilicata, Campa-

Uno degli scatti che hanno vinto il concorso della 2ª edizione, nel 2022. In alto, l'immagine di presentazione della Giornata della Sostenibilità Cooperativa 2022

### COMUNICAZIONE E VISIBILITÀ

Alle opere presentate al Concorso sarà data ampia visibilità sui vari canali media di Confcooperative, sia nazionali che locali. In particolare, sarà promossa la partecipazione al Concorso delle cooperative attraverso

il social network Confcooperative – Facebook, Twitter, Youtube, Instagram, etc... – e su Italia Cooperativa, il quotidiano online oltre, sul portale web confederale e attraverso le puntate quotidiane del Giornale Radio di Confcooperative nazionale - in distribuzione su Spreaker.

I canali nazionali, insieme a quelli locali, daranno ampio spazio alle cooperative vincitrici e anche a tutte le altre partecipanti che lo vorranno.

**P**romuovere e diffondere a tutti i livelli – nelle istituzioni, nelle scuole, nella società – la conoscenza dei 17 Obiettivi di sviluppo sostenibile dell'Agenda 2030 delle Nazioni Unite è l'obiettivo del Festival promosso dall'AsviS (Alleanza Italiana per lo Sviluppo Sostenibile), che si tiene dall'8 al 24 maggio in tutta Italia, online e nel mondo. "La sostenibilità tiene acceso il futuro" è il messaggio chiave della campagna di comunicazione dell'edizione 2023 del Festival dello Sviluppo Sostenibile: solo attraverso le scelte e i comportamenti individuali e



## Coop al Festival Asvis 2023

# La sostenibilità tiene acceso il futuro

Coop ha partecipato al Festival dello Sviluppo Sostenibile 2023, rinnovando la sua collaborazione nel nome delle giovani generazioni e del genere femminile con testimonianze di progetti realizzati

collettivi che mettiamo in atto nel presente, con la consapevolezza di ciò che significa sostenibilità economica, sociale e ambientale, infatti, possiamo contribuire a tenere viva la prospettiva di un futuro più sostenibile.

Coop partecipa al Festival dello Sviluppo Sostenibile 2023 e rinnova la sua collaborazione nel nome delle giovani generazioni e del genere femminile. Soggetti protagonisti i giovani della community "Youth Experience" e il genere femminile altrettanto presente nella campagna "Close the Gap". Una partecipazione all'insegna della sostenibilità, sia essa declinata in chiave prettamente ambientale, sia nell'accezione più ampia di intervento sociale. Così come due sono i soggetti protagonisti della partecipazione di Coop, altrettante le occasioni di intervento.

### CON I GIOVANI

A Bologna sabato 13 maggio la cooperativa di consumatori del territorio Coop Alleanza 3.0 è stata presente nell'evento "Giovani e sviluppo sostenibile; agire nel presente per costruire il futuro", un incontro volto a sondare e promuovere l'at-

tivismo delle giovani generazioni sui temi della sostenibilità.

Qui Coop è intervenuta con la testimonianza di una delle partecipanti alla sua community under 30; oltre 100 tra soci, dipendenti e attivisti green che nel corso degli ultimi due anni (2021 e 2022) hanno dato vita a iniziative concrete in varie parti d'Italia (iniziative che saranno riassunte in un video esplicativo). Dal progetto di forestazione urbana che a partire da Milano ha interessato 10 città d'Italia e che ha avuto come obiettivo quello di piantare 10mila alberi; al coinvolgimento nella campagna "Ogni ape conta", quando alcuni dei ragazzi hanno fatto apicoltura nei propri giardini o balconi; fino all'ultima esperienza collettiva a Roma nello scorso febbraio "Accendiamo il futuro" nel nome del risparmio energetico. Gli stessi che saranno ingaggiati questa estate nei campi di Libera in collaborazione con l'organizzazione di Don

“Solo con scelte e comportamenti nel presente consapevoli di ciò che significa sostenibilità economica, sociale e ambientale possiamo tenere viva la prospettiva di un futuro più sostenibile”

Ciotti (iscrizioni gratuite aperte fino al 31 maggio sul sito [www.coop.it](http://www.coop.it))

### CON LE DONNE

Lottare contro gli stereotipi di genere e attivarsi a favore dell'inclusione è l'altro filone scelto da Coop per il Festival Asvis; il 23 maggio a Roma Marco Pedroni, presidente Coop Italia e Ancc-Coop, parteciperà con una sua testimonianza all'evento "Alle radici delle disuguaglianze di genere; il ruolo degli stereotipi nelle transizioni", organizzato dal Forum Disuguaglianze e Diversità. Rilanciata dalla campagna "Close the Gap" il tema dell'inclusione di genere è connaturato alla natura cooperativa e fortemente avvertito in una realtà come è quella delle cooperative di consumatori dove la quota femminile dei dipendenti Coop supera il 70% e dove grazie anche agli impegni assunti e al percorso formativo alcuni dati

positivi sono in crescita: nel mondo Coop oltre il 34% è la percentuale delle donne presenti in ruoli direttivi (34,7% rispetto al 34% dell'anno precedente e del 32% del 2020), le donne sono ben rappresentate nei Cda delle cooperative (41,5%) e aumenta sensibilmente la presenza di donne fra i soci eletti nei vari organismi rap-

presentativi dei territori (52,6%, + 1,6% rispetto al dato precedente). Una evoluzione di paradigma proposta e sostenuta in tutta la filiera coinvolgendo anche i propri fornitori (una rete di circa 500 fra piccole e medie imprese italiane). (Fonte: Coop.it)

**C**oop Trentino Sait (Consorzio Famiglie Cooperative) ha partecipato attivamente a Educa 2023, sostenendo il festival e collaborando con la cooperativa sociale Impronte al progetto del *Ilbardiverso*.

La partecipazione di Coop Trentino Sait a Educa è stato un modo per declinare la missione educativa che caratterizza la cooperazione di consumo, che si concretizza in iniziative di sostegno alle scuole, nell'educazione al consumo consapevole e alla



in modo condiviso, nella ricerca di un lessico in cui sono centrali parole come sostenibilità, partecipazione, inclusione, rispetto e ascolto.

Significativa in questa direzione la collaborazione tra Coop Trentino Sait e la cooperativa Impronte, che nel nuovo *Ilbardiverso* hanno accompagnato pubblico e relatori in momenti di convivialità con buon cibo preparati con prodotti a marchio Coop. Un modo di proporre

concretamente un nuovo alfabeto per il futuro basato sulla cooperazione, sull'inclusione e sul consumo consapevole di cibo nel rispetto dell'ambiente, della salute e del prossimo.

## Coop Trentino Sait al Festival Educa 2023 **Ilbardiverso, luogo d'incontro e d'inclusione**

Coop Trentino Sait presente a Educa 2023 ne Ilbardiverso, in collaborazione con la cooperativa sociale Impronte: un progetto d'inclusione, una "palestra di apprendimento" per giovani con fragilità

di Maria Buzduga

### **ALFABETI MOLTEPLICI PER COMUNICARE**

"*Ilbardiverso* è in sé un nuovo alfabeto – afferma Filippo Simeoni, direttore della cooperativa Impronte – uno spazio per tessere relazioni e fare scambio di esperienze sociali e lavorative".

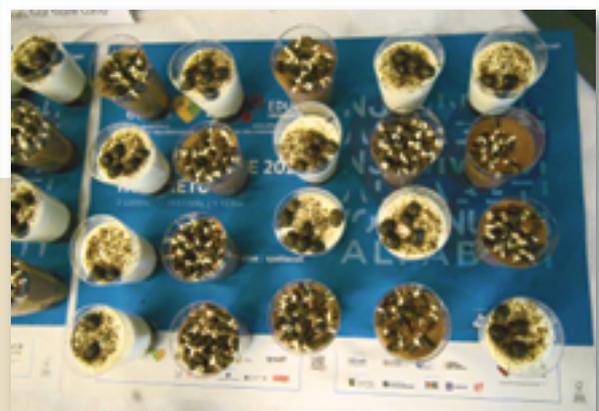
L'obiettivo dell'iniziativa è infatti aiutare giovani con fragilità (disabilità, autismo, ritiro sociale), attraverso un percorso di formazio-



promozione di stili di vita, buoni per la salute e l'ambiente.

Con il tema di quest'anno, "*Nuovi Alfabeti. Costruiamo il lessico del futuro*", il Festival si è proposto di costruire spazi di incontro e dialogo tra generazioni, tra uomini e donne, tra culture differenti per guardare al domani

**Luogo d'incontro e di  
convivialità del Festival,  
Ilbardiverso ha visto  
protagonisti i giovani, ed è stato  
uno spazio d'inclusione, una  
"palestra di apprendimento"  
per giovani con fragilità**



ne e di inserimento lavorativo mirato a raggiungere una vita autonoma (grazie al training esperienziale per potenziare le capacità relazionali e sociali, e all'orientamento e formazione professionale per l'inserimento nel mercato del lavoro). Durante Educa alcuni ragazzi con disabilità hanno svolto lavori di back office, allestimento e copisteria. "Così – aggiunge Simeoni – abbiamo dimostrato alla nostra comunità che l'inclusione, uno dei pilastri chiave del futuro, è possibile solo se ben pensata, strutturata e condivisa".

### **SUONI E PAROLE PER IL CAMBIAMENTO**

*Ilbardi*diverso, che si affaccia su Corso Bettini chiuso al traffico in occasione del festival, è stato punto di riferimento anche per la serata di apertura di Educa con il concertoracconto "I nostri Alfabeti", che ha visto protagonisti alcuni giovani di **Strike!**, progetto promosso dalla Fondazione Franco Demarchi, e i gruppi musicali del Centro Musica Danza di Rovereto, con le testimonianze di vita di ragazzi alternate a momenti di esibizioni musicali. "Da loro in particolare – sottolinea **Paola Venuti** – abbiamo ricevuto **una forte richiesta di cambiamento**: gli adulti dovrebbero allentare le loro rigidità e le loro difese, lasciando alle giovani generazioni il diritto di esprimere le loro idee".

"**La musica è stata una forma di espressione e di cura** anche per uno dei ragazzi di Strike!" – aggiunge **Lara Deflorian**, responsabile comunicazione della Fondazione Franco Demarchi. Raccontare le potenzialità e le esperienze di vita di giovani per **ispirare i coetanei** e gli adulti si riallaccia alla necessità di costruire nuovi alfabeti. Parlare di corpi non conformi rispetto agli standard della società, di limiti fisici e di difetti di pronuncia ha portato a maturare una consapevolezza rispetto a un "limite" fisico. **Lara Lago, Nicolle Boroni e Marco Picone in arte Zelda**, i tre protagonisti di Strike!, hanno saputo valorizzare e trasformare una loro "fragilità" in arte, perché "i veri limiti delle persone non sono fisici né tanto meno reali, ma solo negli occhi di chi ci guarda", sottolinea Deflorian.

**D**ue squadre, un carrello ciascuno, si sfidano in Famiglia Cooperativa a colpi di etichette. È l'atto finale del percorso dedicato al consumo consapevole, progettato dall'Area Formazione e Cultura Cooperativa della Federazione, che in quest'anno scolastico ha coinvolto **20 classi di 13 scuole elementari e medie**. La sfida del percorso di Educazione al consumo consapevole è rendere



## **Cooperazione e Famiglie Cooperative con la Scuola In Famiglia Cooperativa la spesa diventa consapevole**

Le classi che hanno partecipato al percorso sul consumo consapevole, ideato dalla Federazione, sono giunte all'ultimo passo: andare in Famiglia Cooperativa per mettere in pratica quanto appreso



**Nelle foto le visite-gara delle squadre delle classi che hanno partecipato al percorso di educazione al consumo consapevole: qui sopra, le ragazze e i ragazzi dell'Ist. Comprensivo di Brentonico nel supermercato di Brentonico della Famiglia Cooperativa Monte Baldo; a destra, le alunne dell'Ist. Comprensivo di Taio nel negozio di Tres della Famiglia Cooperativa Primanaunia; in alto, davanti al negozio di Bondo della Famiglia Cooperativa Bondo e Roncone, le ragazze e i ragazzi dell'Ist. Comprensivo di Tione**

le nuove generazioni protagoniste di un cambiamento profondo del sistema economico in cui sono cresciute, imparando a informarsi e a scegliere i consumi responsabilmente. L'obiettivo è imparare a fare una spesa consapevole, saper cogliere e comprendere le relazioni tra le persone, il cibo e gli oggetti, tra le materie prime e l'ambiente e tra l'ambiente e le persone.

### **IL TEST DELLA SPESA**

Così, dopo aver approfondito in classe i temi legati a sostenibilità, salute, impatto ambientale, aver imparato a leggere un'etichetta e ragionato, con il supporto di persone esperte, sulle ricadute che le proprie scelte alimentari possono avere, solitamente **le classi vengono ospitate dalle Famiglie Cooperative della propria zona per mettere in pratica, giocando, quanto appreso**.

L'incontro si svolge come una sorta di gara: vincerà la squadra che avrà fatto la spesa più sostenibile. Importante, quindi, valutare ingredienti, provenienza e imballaggi. (s.perugini)



**P**rogetti educativi e di comunicazione, agili pubblicazioni, ricettari ricchi di consigli, video, programmi radiofonici: sono alcuni dei lavori per i quali le studentesse e gli studenti sono stati premiati al concorso “Lotta allo spreco alimentare”, l’iniziativa che Trentinosolidale e Coldiretti Trento (con il contributo della Fondazione Cassa Rurale di Trento) hanno promosso all’inizio dell’anno scolastico 2022-2023 e di cui abbiamo parlato nel nu-



de: ben 750 tra studentesse e studenti fra i 6 e i 19 anni. La graduatoria e gli elaborati che hanno conseguito il primo premio sono pubblicati su trentinosolidale.it. **I premi sono stati consegnati a studenti e a insegnanti il 28 aprile 2023, nel**

**Concorso “Lotta allo spreco alimentare”**

## La sostenibilità passa dalla riduzione degli sprechi

Premiati i vincitori del concorso dedicato alle scuole di Trentinosolidale, l’associazione che si occupa del recupero e redistribuzione delle derrate alimentari in eccedenza

corso di una cerimonia all’ITT Buonarroti di Trento (nella foto). Tutte le studentesse e gli studenti hanno ricevuto tantissimi complimenti per l’impegno e per la qualità dei lavori presentati.

### TRENTINOSOLIDALE

Trentinosolidale è l’unica realtà presente nel territorio trentino che quotidianamente opera nella lotta contro lo spreco degli alimenti e, contemporaneamente, contro la povertà. Ogni giorno lavorativo raccoglie da commercianti al dettaglio di ogni dimen-



**Anche il Consorzio Sait Coop e le Famiglie Cooperative collaborano quotidianamente con Trentinosolidale e da oltre 17 anni sono impegnati nella raccolta e la donazione alle associazioni di volontariato di tutti quei prodotti alimentari che, per motivi vari (ad esempio per confezioni danneggiate, etichette deteriorate, scadenza), non possono più essere posti in vendita, pur mantenendo inalterate le proprie caratteristiche nutrizionali e igieniche**

mo interesse negli ultimi anni e che ha un impatto non solo sociale, ma anche ambientale, tanto grande quanto ancora poco conosciuto.

**Il Concorso si è proposto quindi di contribuire a rendere i giovani consapevoli della ineludibile contribuzione fattiva di ciascun individuo alla riduzione degli sprechi alimentari globali, tema centrale dell’Agenda ONU 2030 sullo Sviluppo Sostenibile, del Circular Economy Package dell’Unione Europea, delle ultime relazioni annuali della FAO, dalle quali emerge che annualmente circa un terzo di tutti i prodotti alimentari a livello mondiale (pari a 1,3-1,6 miliardi di tonnellate edibili, circa un terzo del totale) vengono perduti o sprecati lungo la catena di approvvigionamento dal produttore alla tavola di casa. La prevenzione degli sprechi potrebbe invece risolvere il problema della fame nel mondo e ridurre del 25% la deforestazione globale e dell’8 % circa le emissioni globali di gas serra.**



**La cerimonia di premiazione del Concorso all’ITT Buonarroti di Trento**

mero della nostra rivista Cooperazione tra consumatori di ottobre 2022.

Il concorso “Lotta allo spreco alimentare” fa parte della campagna di sensibilizzazione rivolta ai più giovani e dedicata alla lotta allo spreco alimentare e per lo sviluppo sostenibile e l’educazione alimentare, **uno degli obiettivi dell’Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile delle Nazioni Unite.**

L’obiettivo della campagna è quello di sensibilizzare su un tema che è diventato di estre-

### LA PREMIAZIONE

Il Concorso ha chiesto alle studentesse e agli studenti di approfondire il tema e di presentare la propria visione, al presente e al futuro, proponendo soluzioni di portata quotidiana, per favorire la crescita della consapevolezza collettiva e individuale.

La partecipazione al Concorso è stata gran-

sione (includere le **Famiglie Cooperative** e i **Coop Trentino**, in tutto il Trentino dal negozio più piccolo al **Coop Superstore**) e da piccoli produttori le derrate alimentari eccedenti, o in confezioni danneggiate, o prossime alla scadenza; le vaglia e le selezioni; nella stessa giornata le distribuisce a centinaia di famiglie e ad associazioni e istituzioni che si occupano delle persone più fragili della società.

Nel corso del 2022 sono state 1930 le tonnellate di alimenti raccolti, 2187 le famiglie (con 6524 componenti) che si sono rivolte, almeno una volta, ai Centri di distribuzione Trentinosolidale per fare la spesa gratuitamente, per un totale annuo di 47.991 spese consegnate; 30 le associazioni, organizzazioni e istituzioni che Trentinosolidale aiuta fornendo alimenti freschi. *(c.galassi)*

**È** Elisabeth Prugger di Eyrs la vincitrice del Premio Agitu Ideo Gudeta 2023: la giuria ha elogiato il fatto che Elisabeth non abbia utilizzato le sue qualifiche scientifiche transdisciplinari e le sue competenze politiche per una sicura carriera accademica, **ma che le abbia rese efficaci per la trasformazione e lo sviluppo graduale e profondo della sua terra.**

È la diversità, e non la monocultura, a racchiudere in sé il potenziale di stabilità e di cambiamento, sia a livello di azienda agricola che di società, perché consente nuove combinazioni e soluzioni. Le promotrici del premio – Martina Schullian, Susanne



so Canova a Terlago (Tn), perché con la sua attività di agricoltura biologica (frutta, ortaggi, erbe aromatiche), con forme innovative di commercializzazione diretta, **ha creato un modello anche per altre piccole aziende agricole della zona;** inoltre la sua offerta

di assistenza ai bambini e di vacanze per bambini nell'azienda agricola biologica è un arricchimento socio-educativo per la valle; il suo impegno nel costruire e fare rete nell'agricoltura solidale ha dato alla sua attività bio-sociale sostenibilità e diffusione nel territorio.

La giuria ha poi conferito un **riconoscimento speciale ad Ala Adzakhia**, ingegnera industriale iraniana residente a Trento, **per aver costruito ponti di solidarietà per migliorare le condizioni di vita e di produzione delle donne nell'agricoltura dell'Iran rurale.** Ala è la fondatrice dell'impresa

biologico-sociale "Shirin Persia" a Trento; commercializza zafferano biologico puro e di alta qualità prodotto dalle donne in Iran e lavorato e raffinato in Trentino; in collaborazione con la **coop sociale "Viaggi e miraggi"**, organizza viaggi nelle zone rurali sconosciute dell'Iran, rendendo visibili queste donne e mettendole in contatto con il mondo.

In memoria di Agitu Ideo Gudeta

## Il premio per le donne che innovano in agricoltura

Il Premio è dedicato alle donne che in Alto Adige e in Trentino sono pioniere di un'agricoltura contadina, sostenibile e multifunzionale. Che unisce cultura, affari sociali e salute con l'attività agricola. Animando le aree rurali e contribuendo all'ecologia del paesaggio

Elisabeth si dedica all'**agricoltura bio-intensiva, alla permacultura e all'economia circolare,** e vende ai mercati agricoli o in bici nei dintorni. È cofondatrice del **caseificio biologico Prad** e componente attiva della **coop di cittadini di Malles.** Organizza mercati ed eventi sulla sostenibilità, gestisce il servizio di catering Feldküche e offre progetti educativi per le scuole.



### IL PREMIO AGITU IDEO GUDETA

Con il premio si vuol mantenere viva l'eredità di Agitu Ideo Gudeta e puntare i riflettori sulle donne che operano in Alto Adige e in Trentino come pioniere dell'agricoltura contadina, sostenibile e multifunzionale, innovative nelle aree rurali. **Donne che mostrano**

**come integrare diverse aree nel loro lavoro agricolo** e realizzare nuove soluzioni; che lavorano nell'innovazione dei prodotti e dei canali di marketing; che **combinano cultura, affari sociali e salute con l'attività agricola** e animano le aree rurali con le loro offerte; che contribuiscono all'**ecologia del paesaggio** e dimostrano che l'agricoltura e le aree rurali hanno un grande potenziale creativo.



Sopra, al centro della foto, le tre premiate (da sinistra, Stefania Lusuardi, Ala Adzakhia, Elisabeth Prugger) con le promotrici del Premio. Qui a fianco: Nadia Martinelli (presidente dell'associazione Donne In Cooperazione) con Stefania Lusuardi

Elsen, Alessandra Piccoli, Monika Gross e Marion Maier – negli ultimi mesi hanno vagliato 16 candidature e scelto all'unanimità Elisabeth Prugger. Tra i promotori c'è anche l'Associazione Donne in Cooperazione.

### LE PREMIATE

Oltre al primo premio di 2.500 euro, la giuria ha assegnato anche un **premio speciale di 1.000 euro a Stefania Lusuardi di Ma-**

mo e ampliare la rete "Agitu Ideo Gudeta". Durante la cerimonia di premiazione, accolta al Centro Vintola di Bolzano, sono state presentate tutte le candidate e le loro attività.

*Il premio è messo a disposizione da Raiffeisenkasse Bozen, Ethical Banking e Cassa Rurale Alta Valsugana. L'elaborazione amministrativa è a cura dell'Associazione Medici per il Mondo dell'Alto Adige. (c.g.)*

Fonte: Ufficio Stampa Premio Agitu Ideo Gudeta



## Assemblea 2023

# Cooperare nella complessità

Un bilancio positivo, pur in un contesto di aumenti dei costi senza precedenti, che ha rafforzato l'impegno del Consorzio nel tutelare il potere d'acquisto di chi fa la spesa, contenendo gli aumenti. Confermato il presidente Renato Dalpalù

**M**artedì 16 maggio 2023 a Trento l'Assemblea dei Soci di Sait (Consorzio delle Cooperative di Consumo Trentine) ha approvato il bilancio 2022 e deliberato le nomine di alcuni Consiglieri e del Presidente in scadenza.

“Complessità. Ecco il termine che forse più spesso abbiamo utilizzato in questi ultimi anni per descrivere l'andamento dell'esercizio oggetto di esame”, ha commentato il presidente **Renato Dalpalù**. “Dopo gli anni della pandemia e dell'emergenza sanitaria, il 2022, tra le altre cose, ha visto ritornare alla ribalta in maniera dirompente l'inflazione che ha raggiunto numeri a due cifre ed un incremento assolutamente anomalo dei costi energetici. Il primo dei due fattori ci ha posto di fronte ad un elemento basilare: **il nostro ruolo di cooperazione tra consumatori, rispetto al quale abbiamo operato non riversando sui prezzi di vendita al pubblico tutti gli aumenti che abbiamo subito in fase di acquisto**. Di conseguenza vi è stata una generale riduzione del margine a disposizione delle cooperative. Nel complesso abbiamo operato con grande attenzione rispetto alle diverse componenti dei costi, cosa che ci ha permesso di trasferire maggiori risorse ai Soci”. “Mi preme ricordare un ultimo aspetto: in questa Assemblea sono in scadenza le cariche di alcuni Consiglieri e del Presidente” – ha sottolineato



Dalpalù – “ci presentiamo con una sintesi condivisa sui territori, segno questo di una ritrovata coesione della base sociale, elemento importante per affrontare le sfide che abbiamo davanti”.

## RISULTATI 2022

Il contesto economico dei dodici mesi trascorsi è stato contraddistinto da due importanti fattori contrapposti: da una parte il superamento delle enormi difficoltà derivanti dal Covid e dalle limitazioni alle attività, economiche e non, che ne erano derivate;

dall'altra, le significative problematiche legate all'approvvigionamento delle fonti energetiche, insieme alla forte crescita dei costi e dell'inflazione.

**Nel complesso, nel 2022 il Sistema Sait ha registrato vendite al pubblico per 504 milioni di euro lordi, in crescita rispetto all'anno precedente, a testimonianza della bontà del percorso di consolidamento intrapreso negli ultimi anni.**

**Il valore della produzione del Consorzio Sait è cresciuto a 363,6 milioni di euro** (340 milioni di euro nel 2021, +6,9%), grazie all'aumento dei ricavi provenienti da vendite e prestazioni. Il quadro economico ha inevitabilmente portato ad un sensibile aumento dei costi della produzione, in particolare di quelli legati a materie prime, sussidiarie, di consumo e di merci, che rappresentano la principale voce a bilancio.

**Risultati che portano l'utile a poco meno di 2 milioni di euro.**

**Gli investimenti**, come per lo scorso esercizio, sono stati finanziati con risorse proprie generate dalla gestione, mentre il **capitale investito complessivo del Consorzio è in aumento di 6 milioni di euro**. Anche il **patrimonio netto** evidenzia una **crescita di 3,8 milioni di euro** rispetto allo scorso esercizio e **raggiunge i 110,6 milioni di euro**. Nel complesso la **posizione finanziaria** ed i vari indicatori di bilancio si mantengono su livelli di assoluta solidità.

È inoltre proseguita l'attività di ristrutturazione di alcuni punti vendita di proprietà,

a partire da **Agordo** presso “La Corte Agordina”, che è stato completamente rinnovato, mettendo al primo posto la sostenibilità energetica e ambientale; la superficie commerciale è di quasi 1.200 metri quadrati e impiega 22 dipendenti.

Nel corso dell'anno, sempre con l'obiettivo di uniformare i format di vendita, è stato ristrutturato il punto vendita di **Ravina**. A questi investimenti si sommano quelli delle **Famiglie Cooperative**, a cui il Consorzio non ha mai fatto mancare il necessario supporto finanziario.

“Nel complesso siamo molto soddisfatti di come abbiamo chiuso l'esercizio 2022, caratterizzato da aumenti dei costi senza precedenti”, ha commentato il direttore generale **Luca Picciarelli**. “Le vendite al pubblico e i ricavi sono aumentati, così come le attività verso i Soci. Il Consorzio ha generato utili che andranno a beneficio della comunità e delle **Famiglie Cooperative**, rinforzando la patrimonializzazione e la solidità. La strategia che ha caratterizzato il Consorzio Sait negli ultimi anni si sta dimostrando sempre più efficace, sia per quanto riguarda i dati di bilancio, che per il rinnovo dei punti vendita e l'ampliamento della presenza sul territorio”.

**L'assemblea ha riconfermato il presidente uscente, Renato Dalpalù, ed eletto sei consiglieri:** Maria Elisa Andreolli (presidente Famiglia Cooperativa Monte Baldo), Vanna Dalla Sega (presidente Famiglia



**“In accordo con le Famiglie Cooperative abbiamo deciso di dare una risposta concreta al problema inflazione potenziando la proposta dei prodotti a marchio Coop, in virtù dell'indiscutibile rapporto qualità-prezzo, dello straordinario contenuto valoriale e della garanzia di risparmio medio del 30%, rispetto agli analoghi prodotti di marca industriale”**

Cooperativa di Mezzano), David Loss (presidente Famiglia Cooperativa Bassa Valsugana), Gianni Mottes (presidente Famiglia Cooperativa Brenta Paganella), Andrea Oss (presidente Famiglia Cooperativa Perginese), Giorgio Paternolli (presidente Famiglia Cooperativa Alta Valsugana).

**PRODOTTI A MARCHIO COOP  
CONTRO L'INFLAZIONE**

“Fattori esogeni derivanti in modo particolare dalla spinta inflattiva stanno penalizzando il potere d'acquisto di Soci e consu-

matori”, continua **Picciarelli**. “In accordo con le Famiglie Cooperative abbiamo deciso di dare una risposta concreta al problema, potenziando la proposta dei prodotti a marchio Coop, in virtù dell'indiscutibile rapporto qualità-prezzo, dello straordinario contenuto valoriale e della garanzia di risparmio medio del 30%, rispetto agli analoghi prodotti di marca industriale, percentuale che in sostanza neutralizzerebbe l'inflazione a scaffale”.

**ATTIVITÀ A SOSTEGNO  
DEL TERRITORIO**

Nel corso di un anno che ha visto molte famiglie in difficoltà, a causa del forte aumento dell'inflazione e dei costi energetici, Sait ha proseguito nella sua **azione di sostegno e vicinanza al territorio e alla comunità locale**. Al primo posto le attività per contrastare emarginazione e povertà, aiutare le persone fragili, ma anche finanziarie la ricerca scientifica, l'ambiente e la legalità.

La nuova veste solidale del **Calendario Coop 2023** ha permesso di raccogliere più di 48 mila euro, mentre tramite la **Colletta Alimentare** sono stati donati altri 7 mila euro di merce (per una donazione complessiva di oltre 55 mila euro) e raccolte 70 tonnellate di cibo a favore del **Banco Alimentare Trentino Alto Adige**.

La **raccolta punti SocioSi 2022**, forte del contributo di 6000 donazione dei Soci consumatori alle iniziative di solidarietà promosse da Sait Coop e Famiglie Cooperative, ha portato ad una donazione di oltre 27 mila euro alle sette associazioni che la Cooperazione di Consumo Trentina sostiene con continuità da tempo: La Rete Cooperativa Sociale, Admo Trentino, Banco Alimentare del Trentino Alto Adige/Landestafel Odv, Medici dell'Alto Adige per il Mondo/Südtiroler Ärzte für die Welt, Anffas Trentino Onlus, Libera e Airalzh.



**Il Sait, Consorzio delle Cooperative di Consumo Trentine**

**Sait Coop è il Consorzio delle Cooperative di Consumo del Trentino, dell'Alto Adige e di alcune cooperative in Veneto e Lombardia.** Il Consorzio si occupa di gestire supermercati e di fornire beni e servizi alle Famiglie Cooperative associate e ai loro punti vendita. Il Sait nasce nel 1899 dall'intuizione dell'ingegner Emanuele Lanzerotti del bisogno di una centrale di rifornimento e smistamento per rafforzare le Famiglie

Cooperative locali che gestiscono piccoli negozi al dettaglio. Oggi quell'idea si è trasformata in un gruppo di oltre 470 persone; come ieri al Consorzio spetta anche il compito di fornire beni e servizi alle 95 Cooperative associate, che rappresentano 110.000 soci consumatori ed erogano il loro servizio attraverso oltre 400 punti vendita, 220 dei quali sono l'unico negozio del paese.

**U**n nuovo bilancio con il segno più, il progetto di ristrutturazione della propria rete di negozi che procede e sta per essere ultimato, e la base sociale che continua a crescere: la Famiglia Cooperativa Perginese ha presentato all'assemblea dei soci dello scorso 11 maggio, al teatro Comunale di Pergine, i risultati di un anno di attività.

I ricavi hanno raggiunto quota 9,4 milioni di euro, in aumento rispetto all'anno precedente



a risparmio energetico, a cominciare dai frigoriferi (armadi, banchi, ecc.) e dai sistemi d'illuminazione (l'esempio recente è quello di Madrano). L'ultimo negozio rinnovato è quello di Canale, inaugurato pochi giorni fa, a inizio maggio, mentre il prossimo, e ultimo, sarà quello di Valcanover.

**Famiglia Cooperativa Perginese**

## Assemblea 2023: un nuovo esercizio positivo, e nuovi progetti

Le vendite in crescita come negli ultimi 4 anni, così come il numero dei soci. Nuovi progetti per continuare a offrire e migliorare il servizio dei negozi in ben 14 località di questa zona dell'Alta Valsugana

di **Cristina Galassi**

(a conferma di una tendenza positiva iniziata nel 2019); il margine è sceso all'1,6%, per la scelta della Famiglia Cooperativa di non riversare sui soci e sui clienti l'incremento dei prezzi, dovuto al caro energia e all'inflazione (arrivata al 9%).

**L'impegno della Famiglia Cooperativa è infatti quello di offrire il suo servizio mantenendo prezzi vantaggiosi e su tutto il territorio.** E il territorio

d'interesse è piuttosto ampio: sono infatti 5 i Comuni nel territorio dell'Alta Valsugana e della Valle dei Mocheni (Pergine, Civezzano, Tenna, S. Orsola e Palù del Fersina) nei quali la Famiglia Cooperativa Perginese è presente con la sua rete di ben 14 punti vendita.

Si va dai due supermercati di più grandi, a Pergine in piazza Gavazzi e a Civezzano, agli altri negozi, più piccoli, a Canale, Canezza, Castagnè, Costasavina, Ischia, Madrano, Mala di Sant'Orsola, Palù del Fersina, Roncogno, S. Agnese, Sant'Orsola e Tenna. Tutti i negozi, però, sono importanti: **9, unici negozi del paese, sono multiservizi, e 7 di questi sono anche Sieg, cioè servizi**

d'interesse economico generale per la comunità, esercizi commerciali che offrono servizi aggiuntivi e sono punti di riferimento per i piccoli centri.

**Per questo motivo la Famiglia Cooperativa ha avviato nel 2019 il progetto di ristrutturazione della sua intera rete di negozi,** con l'obiettivo di migliorare il servizio offerto in ogni punto vendita, rinnovando gli spazi e le attrezzature e aggiornando e ampliando gli assortimenti, migliorati nei settori dei prodotti freschi e con una scelta ampia di

**Il progetto di valorizzazione della rete di punti vendita però non si fermerà:** è infatti allo studio la possibilità rendere sempre più sostenibili i consumi energetici di ogni negozio, trasformandoli, attraverso l'introduzione di pannelli fotovoltaici, in generatori di energia, magari messa anche in rete, a disposizione della comunità, con la creazione di una comunità energetica.

**La Famiglia Cooperativa Perginese è il risultato dell'unione, dal 1996 in poi, tra le Famiglie Cooperative di Castagnè, Civezza-**

no, Ischia, Mala, Roncogno, Sant'Orsola e Tenna, che insieme hanno dato forma, appunto, alla Famiglia Cooperativa Perginese. **Il presidente è Andrea Oss, il direttore Davide Bernardi, i dipendenti sono 46, 20 dei quali part-time.**

**I soci della Famiglia Cooperativa sono 4329, aumentati di 43 unità nell'ultimo anno, e sono soci molto fedeli poiché, si legge ancora una volta nel bilancio d'esercizio, ben il 45% degli acquisti fatti nei negozi della Famiglia Cooperativa sono quelli dei soci.**

L'assemblea confermato i due componenti del Cda in

scadenza: il presidente Andrea Oss e la vice Roberta Roseano. All'assemblea hanno partecipato anche i sindaci di alcune delle località dove la Famiglia Cooperativa è presente. Nella parte di assemblea "straordinaria" è stata proposta e approvata all'unanimità una modifica allo statuto che permette di mantenere in carica gli amministratori più a lungo, per sviluppare quei progetti che richiedono archi temporali più ampi.



**prodotti a marchio Cop, che assicurano un risparmio medio del 30% sulla spesa,** e la garanzia di qualità, sicurezza, rispetto dell'ambiente e delle persone.

**In questi ultimi 4 anni sono così stati ristrutturati o ammodernati 13 negozi sui 14 complessivi,** con interventi che hanno rinnovato completamente la superficie di vendita in ogni sua parte (come ad esempio è stato per il negozio di Sant'Orsola nel 2021, o di Roncogno, inaugurato nell'estate 2022, cui è seguito Palù del Fersina); o nei quali sono stati sostituiti tutti gli impianti con quelli

**Due dei 14 negozi della Famiglia Cooperativa: qui sopra, Civezzano e in alto S. Orsola**



eventi di assaggio “dal vivo” organizzati dalle cooperative nei territori di propria competenza, i soci possono fare un nuovo test digitale, da casa, iscrivendosi direttamente online (<https://www.coop.it/approvato-dai-soci>) e selezionando il prodotto da valutare. Tante le referenze selezionate per questa ripar-

tavola sono stati provati i burger vegetali di ceci e lenticchie Viviverde, biologici, o gli spicchi di carciofo grigliati leggermente conditi, pronti da scaldare e mangiare; per i surgelati ecco invece i *nuggets* di merluzzo d’Alaska e la grigliata di pollo e patate; per i buongustai, il test è stato sulle mezze penne rigate 3 grani della linea **Fiorfiore**, infine il ginger senza edulcoranti e la bevanda alla pesca senza zuccheri aggiunti.

È sufficiente essere soci Coop o soci di una Famiglia Cooperativa trentina e consumatori abituali di quella tipologia di prodotto per

Tanti prodotti, alimentari e non, da provare

## Più che buono: approvato da te!

Ripartono i test sui prodotti a marchio Coop, assaggiati e messi alla prova direttamente dai soci. Dal vivo e ora anche online (<https://www.coop.it/approvato-dai-soci>).

Vuoi partecipare? Ecco come fare

di **Giorgia Nardelli**

**P**er tutti noi l’opinione di chi ci è vicino e del quale ci fidiamo è importante, e spesso la seguiamo a occhi chiusi. Vale anche per Coop, che affida ai soci il giudizio finale sui prodotti a proprio marchio. Per questo 23 anni fa ha lanciato l’“Approvato dai soci”, l’attività che permette ai soci Coop di testare o assaggiare i prodotti delle linee Coop, alimentari e non, perché possano dire la propria e aiutare a migliorarli: in quasi un quarto di secolo sono stati **testati 3.295 prodotti** da 641.576 soci.

«Tutti i prodotti ammessi all’iniziativa hanno già superato i controlli di qualità, sensoriali e di sicurezza previsti per i prodotti a marchio, ma per noi l’“Approvato dai soci” è un po’ come la prova del nove, il coronamento di tutti i passaggi precedenti, oltre che un modo per coinvolgere i consumatori nella vita dei nostri prodotti a marchio», spiega **Chiara Faenza**, responsabile Sostenibilità e Innovazione valori di Coop Italia.

### SI PARTECIPA SU COOP.IT

La pandemia e le limitazioni anticontagio avevano segnato negli anni scorsi una battuta d’arresto. Ora che siamo tornati alla quasi normalità, l’esperienza riprende con una formula tutta rinnovata. Accanto agli



tenza, dai biscotti ai docciaschiuma, passando per gli spazzolini da denti e i surgelati, arrivando alle bibite e ai succhi. Non resta che provarli.

**Nel mese di maggio**, ad esempio, i prodotti a marchio Coop protagonisti degli assaggi “digitali” sono stati quelli della linea **Bene.Si**, con la tisana detox da preparare sia a caldo che a freddo, il probiotico da bere bianco naturale, i frollini al farro biologici, senza latte e senza uova, e il preparato di ciliegie light, ma anche le ciambelline di cereali con miele della **linea biologica Viviverde** e le brioche ripiene di crema di latte; tra i cibi da mettere in

prenotarsi dal sito [coop.it](https://www.coop.it) e partecipare online fino a un massimo di 5 test al mese. Indicando il proprio indirizzo e-mail e il numero di tessera socio si ricevono un link/QR code e un codice per accedere

alla piattaforma dedicata. Il test dovrà essere eseguito entro un mese. Quindi, si va a comprare il prodotto per metterlo alla prova e compilare il questionario online. **A procedura terminata si scarica il buono per il rimborso del prodotto acquistato.**

Il compito è semplice: oltre a dare un voto complessivo, si assegna un punteggio a diversi aspetti, dal sapore alla consistenza, dalla “performance” all’imballaggio. I risultati vengono raccolti dalla direzione Qualità di Coop Italia attraverso una piattaforma, per venire elaborati statisticamente restituendo la valutazione finale. Solo i prodotti che hanno ricevuto un giudizio positivo guadagnano il logo “Approvato dai Soci”. «I prodotti che non ricevono un giudizio complessivo sufficiente – sottolinea Chiara Faenza – vengono bloccati. Una volta migliorati e riformulati,

sono poi sottoposti a un nuovo test». Fino a che i soci danno il via libera: approvato. ([consumatori.e-coop.it](mailto:consumatori.e-coop.it))

**“I soci possono fare un nuovo test digitale, da casa, iscrivendosi direttamente online (coop.it) e selezionando il prodotto da valutare. A procedura terminata si scarica il buono per il rimborso del prodotto acquistato”**

## Sait per Admo: Chicco Sorriso

Il 27 maggio la raccolta fondi Chicco Sorriso torna nei negozi Famiglia Cooperativa e Coop Trentino. Dal 2009 Chicco Sorriso ha raccolto 120 mila euro

**È** tornata al consueto appuntamento primaverile la raccolta fondi Chicco Sorriso, dopo lo spostamento al periodo autunnale legato alla pandemia Covid: sabato 27 maggio 2023 l'iniziativa sarà nuovamente ospitata nei negozi Famiglia Cooperativa e Coop Trentino, per invitare tutti a partecipare, donando qualcosa in cambio di un chilo di ottimo riso Carnaroli.

Da 12 anni il Consorzio Sait sostiene

Admo attraverso "Chicco Sorriso", grazie alla quale nei negozi si raccolgono fondi per reclutare potenziali donatori e si promuove la donazione di midollo osseo. Nelle 12 edizioni, Sait ha raccolto per Admo 120 mila euro.

Ma il sostegno di Sait ad Admo non si limita alla raccolta fondi Chicco Sorriso.



Durante il difficile periodo della pandemia, e su richiesta di Admo, Sait ha promosso inoltre la sensibilizzazione alla donazione del midollo osseo presso tutto il personale del Consorzio e delle Famiglie Cooperative. Fin dal 2009, inoltre, la campagna di sensibilizzazione Admo è diffusa dalla nostra

rivista Cooperazione tra consumatori, in particolare in occasione delle varie raccolte fondi, come Chicco Sorriso, e di invito alla partecipazione alle attività dell'Associazione.

## L'assemblea dei soci 2023

# Admo Trentino: un anno di nuovi record

Il Trentino primo in Italia per indice di reclutamento e donazione di midollo osseo. Il grande ringraziamento all'impegno dei volontari e alla generosità dei trentini

**A** fine aprile Admo Trentino ha tenuto l'assemblea dei soci per presentare i risultati del 2022. Sono stati **1.105 i nuovi iscritti**, giovani che si sono messi a disposizione per entrare nel Registro dei donatori di midollo osseo IBMDR (*Italian Bone Marrow Donor Registry*) sottoponendosi a un semplice prelievo di sangue (tipizzazione), che può essere fatto tra i 18 e i 35 anni. Il Laboratorio di tipizzazione del Servizio di immunoematologia e trasfusionale del S. Chiara di Trento ha messo a disposizione 882 posti per le tipizzazioni: 882 nuovi potenziali donatori sono stati inseriti nel Registro IBMDR diventando speranza di vita per i malati in attesa di trapianto di midollo osseo, spesso l'ultima e unica speranza di vita. "Nel 2022 sono stati ben **22 i donatori effettivi**

**di midollo osseo trentini** – ha spiegato la dott.ssa Nadia Ceschini, biologa responsabile del Laboratorio di tipizzazione della provincia di Trento – un numero che ci porta alle **138 donazioni totali in Trentino** dalla fondazione del Registro provinciale, nel 1992". 138 i trentini che si sono sottoposti alla donazione di midollo osseo, eseguita nell'85% dei casi come una donazione di sangue più lunga (solo nel 15% dei casi, spesso per pazienti molto piccoli, si esegue il prelievo dalle creste iliache posteriori del donatore in anestesia totale). Nel 2022 la provincia di Trento si è distinta a livello nazionale e per il secondo anno consecutivo per il **miglior indice di reclutamento (tipizzazione) e donazione di midollo osseo**. "In Trentino abbiamo **82 tipizzati ogni 10.000 abitanti** tra i 18 e i 35 anni (nel 2021



erano 76), mentre **la media nazionale è di 26** – continua Ceschini – Un dato che ci riempie di orgoglio, ottenuto grazie alla preziosa sinergia con Admo Trentino". Tra i potenziali donatori alcuni risultano compatibili con un paziente in attesa di trapianto nel mondo e, dopo gli approfondimenti, vanno alla donazione vera e propria. Il laboratorio di tipizzazione rintraccia molto velocemente il donatore compatibile: questo ha permesso di guadagnare il riconoscimento di **regione** (nel nostro caso provincia) con il **più alto indice di donazione**. Il registro IBMDR ha così chiesto al Trentino di alzare ancora il **numero dei tipizzati nel 2023**, portandolo a



1.154. “Per questo – ha spiegato il presidente di Admo Trentino Alberto Zampiccoli – stiamo finanziando la prestazione dell’ematologo dott. Paolo Gottardi, in pensione da luglio 2022 e non sostituito a causa della mancanza di medici altamente specializzati, per le attività di tipizzazione e donazione; la collaborazione, con il nullaosta dell’Aps, è iniziata a ottobre 2022 ed è fondamentale per tipizzare il maggior numero di persone possibile”.

ADMO Trentino si occupa anche di raccolta fondi: “Il 2022 è stato un anno eccezionale – prosegue Zampiccoli – La campagna **Un Panettone per la Vita** ci ha fatto registrare **70.000 euro di margine**, oltre 8.000 euro in più rispetto al 2021. Insieme alle altre raccolte fondi, nel 2022 **ADMO Trentino ha devoluto circa 107.000 euro**: ha finanziato il Servizio Immunoematologia e Trasfusionale dell’Ospedale S. Chiara di Trento con una borsa di studio e un fondo per la tipizzazione; pagato la prestazione del dott. Gottardi; sostenuto la Sezione di Ematologia e Centro trapianti di midollo osseo del Policlinico G.B. Rossi di Verona e la Fondazione Città della Speranza di Padova, per contribuire alla ricerca scientifica in ambito pediatrico; ha messo a disposizione dell’APSS la segreteria per gli aspiranti donatori. **Non mi stancherò mai di ringraziare i trentini per la loro grandissima generosità e il sostegno nelle nostre campagne di raccolta fondi**”. Zampiccoli ha ringraziato anche **“tutte le volontarie e i volontari impegnati nelle raccolte fondi e nella sensibilizzazione. Senza il loro insostituibile contributo non potremmo vantare gli ottimi risultati raggiunti”**. Infine, ha ringraziato la **dott.ssa Paola Boccagni**, primaria del Servizio di immunoematologia e Trasfusione dell’ospedale S. Chiara di Trento, e tutto il suo staff sanitario e amministrativo.



## Associazione Donne in Cooperazione

# Le parole che cambiano il mondo

A Levico la presentazione del recente libro di Vera Gheno: un viaggio nella cosiddetta scrittura femminile che aiuta a scoprire come le donne hanno contribuito a trasformare il modo in cui pensiamo

Sabato 13 maggio a Levico, Vera Gheno ha presentato il suo ultimo libro, **“Parole d’altro genere. Come le scrittrici hanno cambiato il mondo”**, da poco uscito per Bur-Rizzoli, invitata da **La Piccola Libreria e dall’Associazione Donne In Cooperazione** nell’ambito degli eventi di avvicinamento al Dolomiti Pride 2023. Donne In Cooperazione è nata nel 2005 per potenziare e valorizzare la presenza delle donne nel movimento cooperativo e lavora da anni sul linguaggio paritario e inclusivo, con webinar e incontri in presenza sul potere della lingua.

Per secoli le donne hanno nascosto le proprie parole dietro a pseudonimi, oppure non le hanno pubblicate affatto, affidandole ai posteri. Lo testimonia la presenza delle scrittrici nelle antologie scolastiche, ridotta, per dirla coi codici cromatici cari alla tradizione, “a una sfumatura rosa su un cielo tutto azzurro”. Lo abbiamo considerato naturale, magari anche giusto. Ma se guardiamo sotto il pelo dell’acqua, scopriamo che il sommerso, ovvero le parole che le donne non hanno mai smesso di scrivere, ha cambiato il

mondo con la bellezza dirompente della letteratura. Di questo parla nel suo libro Vera Gheno, **sociolinguista**, specializzata in comunicazione digitale e traduttrice dall’ungherese, **ha collaborato per 20 anni con l’Accademia della Crusca**; oggi insegna all’Università di Firenze ed è autrice di articoli scientifici e saggi divulgativi. Un saggio diverso da quelli che Gheno ha scritto in passato, perché questa volta l’autrice si cimenta nella complessa ricerca delle parole scritte dalle donne ma che, facendo parte appunto del femminile, sono rimaste totalmente sommerse, come reperti archeologici mai ritrovati. Nell’incontro di Levico Gheno ha dialogato

con **Barbara Poggio**, prorettrice alle politiche di equità e diversità dell’Università di Trento; **Stefania Cavagnoli** (professoressa ordinaria di glottodidattica e linguistica applicata, Università di Roma Tor Vergata) della Commissione provinciale pari opportunità tra uomo e donna, ha curato l’introduzione; il moderatore è stato **Francesco Filippi**, storico della mentalità. La serata ha avuto l’accompagnamento musicale della Consulta degli

studenti del Conservatorio “F.A. Bonporti” di Trento e Riva del Garda.

**Il libro di Vera Gheno raccoglie le pagine delle donne che nella storia hanno fatto sentire la loro voce.** Scopriamo così che l’indipendenza delle amazzoni di Christine de Pizan è, già nel **XV secolo**, così profonda da portarle a bandire gli uomini dalla propria terra; impariamo da Lady Mary Wortley Montagu che l’esplorazione per una donna del **Settecento** ha significato allargare il proprio orizzonte fino a introdurre pratiche rivoluzionarie come la vaiolizzazione nella medicina occidentale; ritroviamo l’idea, così contemporanea, che **Virginia Woolf** (1882-1941) ha avuto del genere come qualcosa di non immutabile,

al punto che il suo Orlando si sveglia trasformato in donna senza alcun turbamento.

Con una selezione originale e unica di testi (da Saffo a Zelda Fitzgerald, Margaret Mitchell e molte altre) Vera Gheno costruisce un dizionario invisibile che attraversa epoche, continenti e generi (non solo letterari), e ci guida in un viaggio nella cosiddetta scrittura femminile. Per scoprire come le donne hanno contribuito a trasformare il modo in cui pensiamo, e si sono guadagnate sul campo il loro posto tra i classici. (c.g.)

Fonte: (Dolomiti Pride)



LILT Trento

## Insieme a sostegno dei pazienti, e nella prevenzione e per la salute di tutta la comunità

**L**ILT, Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori Associazione Provinciale Trento ETS - OdV, dal 1958 opera in campo oncologico per costruire una rete di informazione e servizi dedicata agli ammalati, ai familiari, a tutta la comunità trentina.

**Offre sostegno diretto ai pazienti**, a fianco di chi sta seguendo cure oncologiche e di chi deve scegliere Trento per sottoporsi ai trattamenti del Centro di Protonterapia e necessità di aiuti concreti e di una struttura in cui sentirsi a casa.

Lilt lavora per il **recupero del benessere e per un miglioramento della qualità di vita** di chi soffre di disturbi legati alle cure



o alla malattia attraverso servizi come il **sostegno psicologico, la riabilitazione fisioterapica, la ginnastica posturale, l'agopuntura e l'estetica oncologica.**

Si prende cura della salute della comunità **educando alla prevenzione e ai sani stili di vita, sostenendo la ricerca** in campo oncologico e proponendo **visite di diagnosi precoce cute-nei, urologiche e ginecologiche.**

LILT mette al centro la persona, grazie all'impegno dei suoi Volontari - a Trento e nelle 9 Delegazioni in provincia - e di professionisti qualificati.

### PER SOSTENERE LILT

**Per fare tutto questo Lilt ha bisogno dell'aiuto di tutti.**

Scegliendo di destinare a LILT il 5x1000 nella Dichiarazione dei redditi darete anche voi il vostro contributo; il **codice fiscale di Lilt è 01457220224.** Grazie.

### SPAZIO LILT

c.so 3 Novembre 132/134, Trento  
tel. 0461 922733, info@liltrento.it  
www.liltrento.it

## Sostituti dello zucchero

# Senza zuccheri?

**I sostituti dello zucchero non sono tutti uguali. L'esempio positivo del maltitolo, differente dai dolcificanti intensivi**

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

**P**uò capitare di ascoltare in televisione frasi come "se non volete un prodotto che vi faccia alzare la glicemia, o che apporti le calorie degli zuccheri, non fidatevi della scritta senza zuccheri". Un'affermazione di questo tipo vanifica lo sforzo che tutti i Paesi della Comunità Europea hanno fatto per condividere le basi scientifiche che motivano le scritte riportate sulle confezioni dei prodotti (claim). Oggi, per poter scrivere che un prodotto in cui sia stato usato un dolcificante "induca una minore risposta glicemica", ovvero causi un minore aumento del glucosio nel sangue, è necessario che rappresentanti del mondo scientifico di tutti i Paesi membri della Comunità Europea si incontrino e condividano il loro patrimonio di conoscenze per poi scrivere un accordo che, sostanzialmente, diventa una legge a tutela dei consumatori.

**Uno dei sostituti dello zucchero più utilizzati nell'industria alimentare è il maltitolo, accusato di essere uguale allo zucchero. È falso:** vi sono difatti due claim autorizzati sul fatto che induca una minor risposta glicemica e che aiuti a mantenere la mineralizzazione dei denti (al contrario dello

zucchero, il cui consumo può essere associato alla carie dentale). Questo non significa che non si debba mantenere alta l'attenzione e vigilare nel tempo, quando questi sostituti vengano consumati frequentemente, perché vi sono effettivamente anche ricerche serie che evidenziano possibili problemi. **È da sottolineare come le problematicità siano state riscontrate prevalentemente nei dolcificanti intensivi**, differenti ad esempio dal maltitolo, ovvero quelli che hanno poteri dolcificanti molto più elevati dello zucchero: sono difatti tra le 150 e le 600 volte più dolci dello zucchero.

Una recente pubblicazione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità ha analizzato gli effetti sulla salute dei più comuni **edulcoranti intensivi** - spesso presenti nei prodotti senza o a zero zuccheri aggiunti - quali **acesulfame k, aspartame, ciclamato, saccarina, stevia e sucralosio**, giungendo a conclusioni in-

teressanti. Ad esempio, mentre nel breve termine il loro utilizzo è associato a una riduzione del peso corporeo, studi osservazionali di lungo termine mostrano, paradossalmente, un aumento del rischio di obesità, e anche di diabete e malattie cardiovascolari.

**Attenzione, tuttavia, all'allarmismo: questi studi necessitano di ulteriori approfondimenti in quanto mostrano correlazioni e non nessi di causalità.**

Potrebbe essere, ad esempio, che chi usa di più questi prodotti lo faccia per cercare di contrastare un problema di sovrappeso già presente, che sarebbe comunque peggiorato nel tempo come accade normalmente nell'obesità, che è una malattia multifattoriale. Il consumo durante la gravidanza invece

è associato a un possibile effetto sfavorevole dei dolcificanti intensivi sul peso alla nascita e lo sviluppo successivo di sovrappeso. Le motivazioni sono oggetto di studio: una delle linee di ricerca più promettenti riguarda l'interazione tra queste molecole e il microbiota (flora batterica intestinale), con un ef-

fetto non utile alla nostra salute. Dunque, come è meglio comportarsi? Un consumo sporadico di dolcificanti intensivi non rappresenta un problema mentre, in via precauzionale, consumi abbondanti e costanti andrebbero evitati, soprattutto in gravidanza. (*consumatori.e-coop.it*)

“Un consumo sporadico di dolcificanti intensivi non rappresenta un problema, mentre consumi abbondanti e costanti andrebbero evitati”

**U**n progetto per riconoscere, sostenere e valorizzare il ruolo del *caregiver*, ovvero la persona che presta assistenza al proprio familiare anziano non autosufficiente: è “CuraInsieme”, il percorso formativo avviato in Trentino nel 2019.

L’iniziativa nasce dalla collaborazione degli uffici sociali e sanitari dell’Assessorato alla salute della Provincia di Trento, dei rappresentanti dei servizi sociali delle Comunità di

**Il percorso “CuraInsieme” si articola in Serate informative, Corsi di formazione, Gruppi di mutuo aiuto in tutto il territorio della provincia.**

“Il caregiver familiare è una risorsa preziosa e insostituibile in un contesto nel quale dobbiamo fare i conti con il progressivo invecchiamento della popolazione e con un’elevata prevalenza di patologie croniche e degenerative – ha spiegato l’assessore Segnana – I caregiver vanno sostenuti e

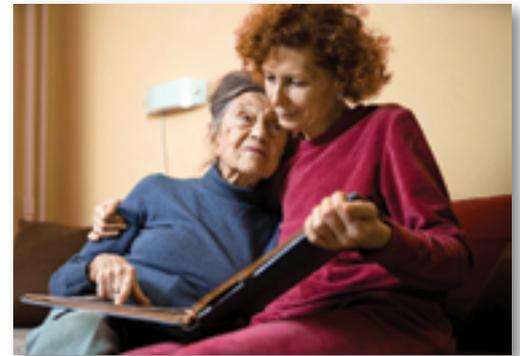
sostenuti e per affiancare e collaborare efficacemente con i professionisti delle cure.

Il corso prevede 8 incontri a cadenza settimanale di 2 ore (di cui 2 laboratori) e 3 moduli on-line con 18 approfondimenti accessibili agli iscritti tramite un sito dedicato. La formazione è strutturata in lezioni d’aula, formazione on-line, possibilità di partecipare a laboratori. Sul sito internet dedicato sono state caricate delle lezioni online.

In tutto il Trentino

## Curainsieme, formazione e sostegno per chi assiste familiari anziani

Un percorso fatto di sensibilizzazione, formazione e auto mutuo aiuto per sostenere e valorizzare il ruolo del caregiver, la persona che presta assistenza al proprio familiare anziano non autosufficiente



Valle, dell’Azienda sanitaria, di Upipa (Unione provinciale istituzione per l’assistenza), di Consolida, della Consulta per la salute e della Fondazione Franco Demarchi. Lo scorso 18 aprile è stata presentata la campagna informativa del progetto insieme ai risultati raggiunti.

Federico Samaden, presidente della Fondazione Demarchi, l’ente che organizza le iniziative sul territorio, ha portato i numeri del progetto, che ha coinvolto tutte le Comunità di valle del Trentino e un totale di 1.160 caregiver. “Dal 2019 sono state attivate 82 serate di sensibilizzazione con un coinvolgimento di 893 persone, dal 2020 sono stati messi in campo 13 corsi di formazione ai quali si sono iscritti 233 *caregiver*, e 3 corsi partiranno nelle prossime settimane; dal 2021 sono partiti 7 gruppi di auto mutuo aiuto con una trentina di persone coinvolte”. I corsi sono molto apprezzati (dai questionari emerge una soddisfazione di 8,8 su 10), gli interventi risultano chiari ed è ritenuto adeguato lo spazio per le domande e per l’interazione tra partecipanti. Anche i referenti delle Comunità di Valle e dell’Azienda sanitaria riportano una notevole soddisfazione per le iniziative e ritengono che tra i punti di forza dei percorsi formativi vi sia la possibilità di confronto e interazione con i relatori e le relatrici.

affiancati, anche attraverso la valorizzazione di altre risorse presenti nelle comunità, come l’associazionismo e le reti sociali. È questa la direzione verso la quale si muove Curainsieme”.

### SERATE INFORMATIVE

Le serate informative hanno l’obiettivo di sensibilizzare coloro che desiderano avvicinarsi o sono coinvolti a vario titolo nell’assistenza a persone anziane non autosufficienti, alle esigenze emergenti rispetto all’invecchiamento della popolazione con i principali problemi connessi all’aumento del bisogno di cura. **Le serate si propongono di informare sui servizi e aumentare la consapevolezza della comunità rispetto al ruolo del caregiver.**

Quasi sempre il familiare che diventa caregiver si sente isolato nelle sue difficoltà ed è privo di preparazione specifica, pur dovendo supportare in termini relazionali e assistenziali persone prevalentemente non autosufficienti e con patologie sempre più complesse.

### FORMAZIONE

**L’obiettivo dell’attività di formazione è sviluppare competenze specifiche per migliorare le capacità della persona che si prende cura dell’anziano nell’as-**

### I moduli online sono:

- fruibili via web e quindi accessibili in qualsiasi momento della giornata (rispondendo anche ad esigenze di conciliazione tra esigenze di cura e impegni personali)
- consultabili in modo personalizzato in relazione a specifici interessi formativi;
- ogni modulo contiene unità didattiche integrate da una significativa documentazione per approfondimenti

La formazione in presenza, che permette il confronto con gli altri e l’accoglienza di bisogni specifici, è accompagnata dalla formazione online. Il corso è gratuito.

### GRUPPI DI AUTO MUTUO AIUTO

La terza fase del progetto è promossa in collaborazione con l’Associazione A.M.A. (Auto Mutuo Aiuto) ed è incentrata sulla creazione di gruppi di auto mutuo aiuto per persone che assistono familiari anziani non autosufficienti. **L’obiettivo è quello di garantire ai caregiver un contesto accogliente ed un clima di ascolto, per prendersi cura anche di sé stessi ed esprimere i propri vissuti ed emozioni, confrontandosi con altre persone che stanno vivendo la stessa situazione.** (c.g.)

Tutte le info su [www.caregiverfamiliaritrento.it](http://www.caregiverfamiliaritrento.it)



**T**ra tutte le storie scritte nel corso dei secoli, c'è n'è una particolarmente avvincente. È una storia un po' lunga, è cominciata 4 miliardi di anni fa e deve ancora finire! Oltre che lunga è anche una storia umida, ma se così non fosse non sarebbe mai iniziata. È la storia della vita sulla Terra, o meglio ancora è la storia di come l'acqua ha creato tutto ciò che conosciamo.

**Qualsiasi cosa vi possa venire in mente è composta in qualche percentuale di acqua.** Guardatevi intorno: noi esseri umani siamo fatti per il 60% di acqua (più o meno), il nostro cervello circa il 75%, un orsetto gommoso (che buono!) per il 95%, come le meduse. Una banana è composta per il 75% di acqua, così come l'albero che ci fa ombra mentre ce la mangiamo per merenda. Anche i batteri che sono sopra, sotto e dentro di noi hanno una componente di acqua (circa il 70%) e la rivista che tene in mano ne può contenere fino al 10%. Insomma l'acqua è dappertutto e senza di essa molte cose (se non tutte) non potrebbero esistere. Eppure sembra una materia così insulsa... trasparente, inodore, incolore. **Non sembra niente di che, ma ha la forza di plasmare il mondo ed è davvero super potente.**

### DALLA COMETA DI GHIACCIO

**Versatevi un bicchiere d'acqua e scopriamo qualcosa in più.**

Intanto, per dirne una, ci ha dato la vita. Poi è in grado di trasformarsi passando da liqui-

da a solida a gassosa. In più è davvero antica: pensate che l'acqua che avete nel bicchiere si è formata miliardi di anni fa nello Spazio e le stesse molecole continuano a circolare sulla Terra da quando la prima cometa di ghiaccio l'ha raggiunta. È probabile che l'acqua che state per bere sia passata attraverso un dinosauro e infinite altre forme di vita! Noi stessi siamo parte del ciclo dell'acqua e del ciclo vitale di ogni essere vivente, ma **quanto conosciamo di questa fondamentale e meravigliosa materia?**

Versatevi un bicchiere d'acqua e...

## La lezione dell'acqua

Dovremmo imparare a fare come l'acqua, che con il suo ciclo vitale, vecchio di miliardi di anni, ci ricorda come tutto cambi e scorra sempre. Allora, quanto conosciamo di questa fondamentale e meravigliosa materia?

di **Silvia Martinelli\***

Ammettiamolo, la diamo troppo per scontata e non ci curiamo di quanto sia preziosa, forse proprio per il suo essere così onnipresente e allo stesso tempo priva di caratteristiche appariscenti. Ce ne curiamo per lo più quando si rischia di restare senza, ad esempio durante un'escursione in montagna sotto il sole cocente. O peggio ancora quando non piove da mesi e arriva un allarme di crisi idrica. Ecco, di questa ne abbiamo sentito parlare molto nell'ultimo anno e probabilmente anche sull'estate in arrivo alleggerirà questo spettro.

**Come facciamo allora a proteggere un elemento così prezioso e allo stesso in fragile equilibrio?**

### LA TERRA, L'ACQUA E NOI

Prima di tutto per capire l'importanza di qualcosa è necessario conoscerla. Ecco quindi che ci viene in aiuto il simpaticissimo e colorato albo di Philip Bunting **"La meravigliosa forza dell'acqua"** (Nomos Edizioni), da cui sono tratte le informazioni che avete letto

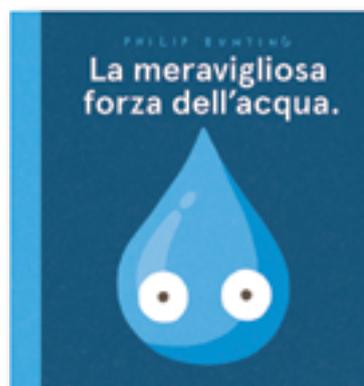
poco fa. L'autore ci guida nei meandri della Terra, dello Spazio e del tempo per scoprire da dove arriva, come è fatta e perché l'acqua è così importante. Il prezzo da pagare per tutte queste informazioni è una risata per ogni pagina. L'autore infatti affronta argomenti complessi come il ciclo dell'acqua, la fisica e la chimica con eccezionale simpatia. Dalla conoscenza poi deriva il rispetto per tutte le forme di vita. Se per molti di noi l'estate è sinonimo di vacanze al mare, va anche fatta l'associazione con la vita che lo



popola. Possiamo conoscere anche questo affascinante mondo grazie alla guida del piccolo Darwin, il curioso protagonista disegnato dalla penna di Emanuela Pagliari e Enrica Soroldoni. Nel libro **"Esploriamo i mari con i diorami"** (Erickson) troviamo informazioni su coralli - così belli e delicati, - pesci dai nomi buffi come "chirurgo", "damigella" e "pagliaccio", e sui diversi ambienti naturali che l'acqua

cela sotto la sua superficie. Non tutti i mari sono uguali, infatti, e ognuno ha un suo ecosistema. Grazie a questo libro anche i più piccoli possono scoprire i segreti della biodiversità attraverso giochi e la costruzione dei diorami, il quadretto pop-up che rende animata la conoscenza.

Ammucchiare nella testa un sacco di informazioni però non basta a rendere davvero consapevoli. È necessario dedicare del tempo alla riflessione, ragionare sul nostro ruolo di essere umani e dell'impatto che abbiamo sull'ambiente che ci circonda. Abbiamo di certo una grande responsabilità



nel gestire, difendere e preservare le preziose risorse del Pianeta Terra, anche se non è facile affrontare questo argomento - in primis con la nostra coscienza, ma anche con i bambini e le bambine. La generosità, il sacrificio, la coscienziosità, il rispetto sono valori che si trasmettono con l'esempio. Ma anche i libri possono aiutare... soprattutto se contengono storie piene di cuore e avventura. **"La storia del pianeta blu"** di Andri Snær Magnason (*Iperborea*) è una moderna favola ecologica che diverte e fa riflettere sulle sorti del nostro pianeta grazie alle vicende di Brimir e Hulda. I due protagonisti vivono liberi e in armonia con gli altri piccoli abitanti di un'isola, dove ciascuno mangia, dorme e gioca quando gli pare e nessuno sa cosa siano i soldi perché tutto è gratis. A rompere il perfetto equilibrio è l'arrivo su un'astronave di uno strano uomo che promette di avverare i sogni e donare la felicità. Ma il prezzo da

pagare al mercante di sogni si rivelerà insostenibile, poiché le cose più preziose di cui si può venire privati non sono i soldi, ma le risorse che la Terra ci dona senza chiedere nulla in cambio.



**PREZIOSA E SAGGIA**

La storia aiuta a riflettere sul valore del non guardare solo al proprio interesse, ma anche un po' più in là, in direzione degli altri e di chi verrà dopo di noi. Certo è più facile cedere alla tentazione di realizzare ogni capriccio nell'immediato pur mettendo a repentaglio la salute della Terra, ma con l'esercizio è possibile trarre dal sacrificio un piacere anche maggiore: la soddisfazione di aver dato il proprio

contributo alla salvaguardia di un Pianeta davvero unico.

Per riuscirci potremmo provare a seguire il suggerimento del già citato Philip Bunting: **dovremmo imparare a fare come l'acqua. L'acqua ci ricorda che tutto cambia**

**e scorre sempre;** che anche i piccoli gesti lasciano il segno sul proprio angolo di mondo, così come anche la più piccola goccia contribuisce a formare gli oceani; che ogni forma di vita è collegata grazie all'acqua e dobbiamo fare del nostro meglio per aiutarla e rispettarla. Dunque adesso sapete che il bicchiere d'acqua che vi siete versati contiene un'infinità di storie di cui adesso fate parte anche voi, e che oltre ad essere molto preziosa l'acqua è anche molto saggia.

*\*La Libreria Erickson*

**Vi è venuta sete...  
di conoscenza?**

Passate a trovarci alla Libreria Erickson in via del Pioppeto 24 a Gardolo.

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

È possibile contattare i librai via mail [lalibreria@erickson.it](mailto:lalibreria@erickson.it), via telefono o Whatsapp 0461-993963.

**2013-2023**

**Il Muse verso i 10 anni**

Nuovi servizi, eventi, appuntamenti, nuove mostre, attività anche per i più piccoli... fino alla grande festa del 22 luglio per festeggiare il 10° compleanno del Muse

**S**abato 22 luglio 2023: è questa la giornata individuata dal museo per festeggiare il suo decimo compleanno. Una grande festa che porterà al MUSE **10 ore no stop** di spettacoli, concerti e performance che intrecciano i linguaggi della scienza a quelli dell'arte. Sono tante le novità che il MUSE ha in serbo per coinvolgere cittadinanza, visitatrici e visitatori nei festeggiamenti per l'anniversario, sia in termini di **eventi e mostre** che in **nuovi servizi**, come il nuovo **sito internet**, sempre più



attento all'accessibilità. Il percorso verso il decennale entrerà nel vivo nelle prossime settimane, intensificandosi fino alla grande festa del 22 luglio 2023. Intanto sono in arrivo due nuove mostre.

**Deserto Italia  
Dal 17 giugno al 20 agosto, nel giardino MUSE**

Gli impatti della crisi climatica sono ormai realtà e l'Italia ne è già particolarmente esposta perché si trova in un hotspot climatico, quello del bacino mediterraneo. Partendo dalla

consapevolezza sull'eccezionalità degli effetti dei cambiamenti climatici in Italia, il progetto espositivo fotografico "Deserto Italia" si propone di analizzare alcuni paesaggi da Nord a Sud, nelle zone dove sono più evidenti le "ferite" inferte dal clima (ghiacciai, fiumi, laghi, incendi, impianti sciistici, campi agricoli, miniere).

**Anima del Mondo  
La Giostra lieve della vita**

**Dal 1° luglio, a Palazzo delle Albere**

Un'esperienza museale sugli eterni ritorni e i cicli della vita. Gli opposti che si incontrano e muovono materia, energia e spirito nel caleidoscopio di metamorfosi che costituisce l'anima del mondo. Il percorso espositivo si sviluppa sui due piani di Palazzo delle Albere e offre al pubblico una visita in dialogo con i diversi linguaggi espressivi, tra installazioni creative narrazioni di luce e la partecipazione di artisti di fama internazionale.



**Carta In Cooperazione**

Per i soci possessori di Carta

in Cooperazione tariffa ridotta sul biglietto d'ingresso del Muse e delle sue sedi territoriali.



**S**i sono incontrati presso un'aula della Fondazione De Marchi, per sei lunedì tra marzo e aprile, ed erano un gruppo variegato: alcune persone detenute nel carcere di Spini, alcune che sono state detenute in passato, altre che stanno scontando in misura alternativa, insieme ad un gruppo di volontari/e. Si sono riuniti con lo scopo di preparare la "Biblioteca vivente" i cui "libri Umani" sono stati sfogliati e letti nella prima edizione a Rovereto, il 29 aprile, a Riva del Garda, il 6

consentono al lettore di scegliere il libro umano preferito, sulla base della "quarta di copertina" che lo riassume.

**Terzo obiettivo: la diffusione.** Grazie alla preziosa e generosa collaborazione di Fabio Vettori, è stata creata un'immagine davvero accattivante.

**A Rovereto** la prima tappa della "Biblioteca Vivente. Lib(eri) oltre le sbarre", inscritta nella Settimana Civica roveretana, ha incon-

de possibilità, del voler diventare una persona migliore" per l'Autore di "La conosciamo bene!" e "Grazie, ora sono un po' più ricca: non perdere mai la capacità di volere così tanto bene" dedicato al racconto "Prima notte al 5 stelle". Sono solo alcune espressioni di apprezzamento dei lettori.

**Anche nelle recensioni raccolte a Riva del Garda**, il cui evento ha avuto luogo in piazza delle Erbe, con la collaborazione attiva della Biblioteca civica, le lettrici e i lettori hanno espresso i loro vissuti e pensieri: "Ho finito il nostro dialogo con la stessa bellissima sensazione di quando finisco un

libro". Scrive un'altra: "una lettura rivelatrice di un mondo difficile, raccontato con profonda umanità". E ancora: "una storia difficile fatta anche di sofferenza, ma che ha saputo trovare il suo riscatto". **Tra le righe si leggono stupore, gratitudine e soprattutto speranza.** "Un giovane uomo che dalla vita ha ricevuto una grande domanda "perché?" Perché non posso vivere, lavorare, farmi una famiglia, perché non sono nessuno senza un permesso di soggiorno? La sua vita è una prigione sia fuori sia dentro il carcere, eppure una luce nei suoi occhi brilla di speranza".

Premiato ampiamente, quindi, lo sforzo comune di un network sociale formato da **APAS, SPS, Museo Diocesano, Fondazione De Marchi, Dalla Viva Voce, Caritas e i Comuni di Rovereto, Riva del**

**Garda, Trento**, con il contributo di **Fondazione Caritro** e con la simpatica partecipazione delle formiche di **Fabio Vettori**.

**Il percorso arriverà a Trento giovedì 25 maggio, dalle 16 alle 19, in piazza S. Maria Maggiore**, nel contesto del **Festival Economia**. L'invito è sempre non perdere queste preziose occasioni, come suggerisce una delle recensioni raccolte dai libri umani: "Potremmo tutti avere la sua passione nel migliorare la vita degli altri, sarebbe un bel mondo. Non bisogna smettere di credere che facciamo la differenza".

## La "Biblioteca vivente" Persone che si fanno "libri"

Ex detenuti e volontari hanno creato insieme la "Biblioteca vivente", nella quale le persone si fanno libri, per condividere un episodio della loro vita con i lettori. Gli incontri di Rovereto, Riva del Garda e ora Trento

di Antonella Valer



Alcuni momenti dell'evento a Riva del Garda. In alto, l'immagine creata da Fabio Vettori per il progetto

maggio, e che si avrà la possibilità di leggere ancora a Trento il 25 maggio.

**Si è trattato di un percorso intrapreso per riflettere sui pregiudizi, in particolare quelli legati al carcere.**

Il primo obiettivo del percorso è stato creare lo spirito di gruppo per rendere efficaci gli incontri organizzativi, lavorando in modo cooperativo sulla conoscenza reciproca, sulle aspettative, sull'emersione dei preconcetti, sulle dinamiche relazionali. Una dozzina di persone, tra candidati "libri umani" e candidati "bibliotecari" hanno saputo creare il giusto clima per lavorare efficacemente, dissodando il terreno in cui far germinare i racconti di persone che si fanno "libri" per condividere un episodio della loro vita con i potenziali lettori. **Secondo obiettivo: raccogliere le narrazioni e presentarle in forma di libro**, con titolo e quarta di copertina. Anche questo raggiunto: dopo molte riflessioni comuni e faticosi sforzi narrativi, le storie hanno preso corpo e hanno avuto un primo test all'interno del gruppo, assumendo l'aspetto di veri e propri volumi. Il risultato è che al banco della "biblioteca vivente" sono disponibili i volantini illustrativi, che

trato curiosità e viva partecipazione intorno al Ristobar Depero che ha ospitato, negli spazi antistanti, i racconti dei "Libri Umani" per i passanti desiderosi di "leggere" le storie inedite. Brani di vita di persone detenute ed ex detenute hanno tessuto una vasta trama fatta di autenticità e umanità, capace di colpire e coinvolgere i lettori che si sono avvicinati senza pausa per più di tre ore. Prenotato al banchetto dei "bibliotecari", ogni "libro umano" ha illustrato le sue pagine al lettore di turno, che alla fine ha potuto lasciare una breve recensione. "Grazie per il tuo racconto, le persone non sono il loro reato!" recita una recensione al libro dal titolo "Che profumo!". E ancora: "Sei il trionfo della rieducazione, delle secon-



**Q**uello che ha condotto alla realizzazione di un murale sulla vicenda di Fausto e Iaio sul muro di cinta del Liceo da Vinci di Trento è stato un lungo percorso di partecipazione giovanile. **Nato da una richiesta delle Politiche giovanili del Comune di Trento**, che nello scorso anno scolastico avevano coinvolto una classe del Liceo da Vinci nel percorso di ricostruzione storica di un episodio doloroso e drammatico degli anni di piombo, il progetto è stato realizzato a par-

aver commentato davanti a un'edicola i titoli dei giornali sul sequestro Moro, vennero avvicinati da tre individui in impermeabile chiaro e, dopo uno scambio di battute che fu poi testimoniato da una passante, uno di loro esplose contro i due ragazzi otto colpi di pistola. Iaio morì sul colpo, Fausto sull'ambulanza durante la corsa disperata verso l'ospedale. La polizia non trovò i bossoli sul luogo del duplice omicidio poiché l'assassino aveva tenuto la pistola all'interno di un sacchetto, e questo rese più difficile l'identificazione

killer che venivano dalla capitale e mandanti mai chiariti. Le indagini che si svilupparono negli anni successivi confermarono la pista della destra eversiva, ed emersero anche i nomi dei probabili assassini.

**Ma nel 2000, ventidue anni dopo il terribile omicidio, si procedeva all'archiviazione**, mancando un apparato di prove sufficiente per incriminare gli indagati: «Pur in presenza dei significativi elementi indiziari a carico della destra eversiva e in particolare degli attuali indagati – affermava la giudice per le indagini preliminari Clementina Forleo il 6 dicembre di quell'anno –, appare evidente allo stato la non superabilità in giudizio del limite appunto indiziario, e ciò soprattutto per la natura *de relato* delle pur rilevanti dichiarazioni». **Come in tante al-**

Il murale degli studenti dei Licei Da Vinci e Vittoria

## Un murale per Fausto e Iaio La memoria, in attesa della verità

Il 9 maggio, Giorno della memoria delle vittime del terrorismo, è stato inaugurato il murale dedicato a Fausto e Iaio: per farne memoria, in attesa della verità. Perché la verità è «la forma della giustizia»

di **Alberto Conci**

tire da settembre, coinvolgendo un gruppo di studenti del Da Vinci e del Liceo artistico Vittoria, questi ultimi coordinati dalla prof.ssa Irene Leveghi. L'idea era quella di portare ragazzi e ragazze a riflettere su una vicenda lontanissima nel tempo, per interrogarsi sulla sua attualità e realizzare un'opera per ricordare questi due giovani.

**Ma chi erano Fausto e Iaio, e perché ricordarli a Trento?**

**Quarantacinque anni fa, il 18 marzo 1978**, verso ora di cena, Fausto Tinelli – la cui famiglia si era trasferita a Milano per lavoro – e Lorenzo Iannucci, due studenti diciottenni conosciuti da tutti come “Fausto e Iaio”, furono assassinati con otto colpi di pistola nel capoluogo lombardo, in via Mancinelli, a poca distanza dal centro sociale Leoncavallo. Il Paese stava attraversando un momento drammatico, perché due giorni prima in via Fani a Roma era stato rapito Aldo Moro ed erano stati uccisi gli uomini della scorta Oreste Leonardi, Domenico Ricci, Giulio Rivera, Francesco Zizzi e Raffaele Iozzino. La sera del 18 Fausto e Iaio, dopo un pomeriggio con gli amici, si stavano recando a cena dalla mamma di Fausto, Danila, che aveva cucinato per loro: era un appuntamento consueto. Mentre si incamminavano verso casa, dopo



dell'arma utilizzata e dei responsabili.

**Il 22 marzo si celebrano a Milano i funerali dei due amici.**

Parteciparono centomila persone: fra di loro studenti, operai, comuni cittadini, e persino le mamme dei compagni di classe dei due ragazzi che portavano uno striscione di protesta: un evento struggente che assumeva un enorme valore, perché la città e il Paese si stringevano attorno alle famiglie chiedendo la fine di quella stagione di violenza che sarebbe tragicamente ancora proseguita per dieci anni. **Le ragioni della morte di Fausto e Iaio furono ben presto ricondotte dalla magistratura alla pista politica**, cercando gli esecutori nel gruppo eversivo di estrema destra dei Nuclei armati rivoluzionari di Roma. Non si trattava dunque di un duplice assassinio legato a qualche scontro locale o alle indagini effettuate dai due ragazzi sul mercato milanese della droga, quanto piuttosto di una vera e propria esecuzione, con un gruppo di

**L'inaugurazione del murale, sul muro di cinta del Liceo da Vinci di Trento, dedicato alla vicenda di Fausto e Iaio**

**tre sentenze di quegli anni non si giunse a individuare i colpevoli né i mandanti**, e tut-

to questo pesa ancora maggiormente nel cuore dei familiari e nella vita della comunità civile se si tiene conto anche del fatto che l'abitazione di Fausto si trovava di fronte al covo delle Brigate rosse di via Monte Nevoso, nel quale venne ritrovato il memoriale Moro. La morte dei due ragazzi potrebbe insomma avere mandanti che sono legati a quei servizi, come spesso ha dichiarato la mamma di Fausto, che stavano tenendo sotto controllo il covo delle BR. **Questa storia assume un particolare valore per il nostro territorio perché la mamma volle che egli venisse sepolto proprio a Trento, città natale di Fausto.** Ma per molti anni la presenza di quella tomba, che avrebbe dovuto richiamare la comunità trentina a riflettere sull'insensatezza del-



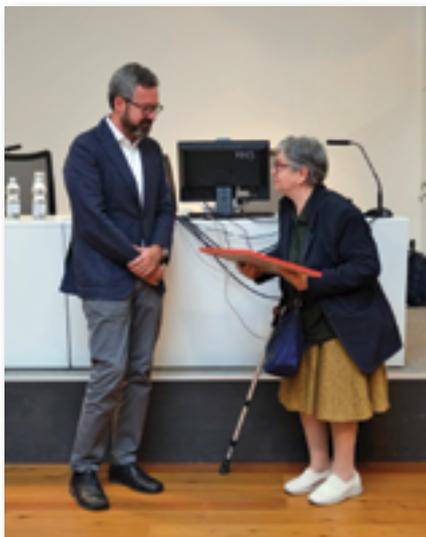


la violenza politica e sulla gravità di un omicidio senza verità, fu dimenticata e caddero nel vuoto le richieste della mamma di Fausto affinché la città lo ricordasse. **Finché il Comune di Trento non decise di affidare a una classe del Da Vinci, lo scorso anno scolastico, il compito di farne memoria in un incontro con il sindaco Franco Ianeselli.** Fu allora che i ragazzi e le ragazze chiesero al sindaco di realizzare un murale per ricordare quella vicenda alla città. Da qui il progetto che ha coinvolto i due licei nella presentazione della storia e nella realizzazione dei bozzetti, uno dei quali è stato poi dipinto dal writer Mattia – in arte Deficit Dell'Attenzione – sul muro di cinta del Da Vinci, non lontano dal luogo dove riposa Fausto Tinelli, ucciso quando aveva la stessa

**Vallesi.** Si è trattato di un momento non privo di commozione nel quale la mamma di Fausto ha voluto restituire ai ragazzi presenti il profilo di due loro coetanei «onesti e impegnati» che volevano realizzare «un futuro migliore per tutti» e ha ricordato loro **l'esperienza della verità negata che ha sperimentato dopo il loro omicidio:** «Mi sono trovata continuamente – ha detto a ragazzi e ragazze – a sbattere contro un muro di gomma, di fronte al quale più spingi per abatterlo e più violentemente ti rimanda indietro». E ha ricordato quanti sono stati uccisi, a cominciare dal giudice Mario Amato e dal giornalista Mario Brutto, proprio mentre si occupavano della vicenda di Fausto e Iaio. **Quella della verità mancata è un'esperienza molto comune fra i familiari delle vittime di quegli anni, che solo di rado hanno visto realizzato l'anelito alla veri-**

Ma in questo abbraccio c'è anche un lascito che ha a che fare con la verità negata. Nei giorni successivi, in classe, studenti e studentesse hanno continuato a chiedersi: perché è così difficile giungere alla verità? Chi ha ucciso due ragazzi della nostra età e perché? Chi furono i mandanti occulti? Chi, dopo la loro morte, ha coperto gli assassini?

**Il lascito della memoria** – hanno imparato gli studenti che hanno incontrato Danila, Bruno, Maria – non è solo il ricordo della vita di coloro che la violenza ci ha portato via. È prima di ogni altra cosa l'impegno a restituire a coloro che hanno amato e alla collettività intera la verità sulle ragioni e sulle responsabilità che stanno alla base della loro morte. **Perché la verità nascosta è una ferita aperta nella coscienza di una democrazia;** perché ogni verità mancata ti inchioda al passato; e **perché la verità è, come ha affermato Gio-**



età di quelle studentesse e di quegli studenti che lo hanno voluto ricordare.

**Il 9 maggio, Giorno della memoria delle vittime del terrorismo e delle stragi di tale matrice, con una semplice e intensissima cerimonia, iniziata nell'aula magna del liceo, il murale è stato inaugurato** alla presenza dei funzionari delle politiche giovanili e della sovrintendenza, di insegnanti e dirigenti delle scuole coinvolte e del Sindaco, il quale ha ricordato l'importanza di fare memoria per la costruzione del futuro e la necessità di imparare fin da giovani il valore della dialettica democratica vincendo le tentazioni della violenza. Ma a rendere speciale quel momento è stata la presenza di **un centinaio di studenti che hanno accolto con un applauso pieno di affetto la mamma di Fausto, Danila Angeli,** venuta a Trento da Milano assieme al figlio Bruno (il fratello più piccolo di Fausto), alla sorella di Iaio, Maria, e al **presidente dell'Associazione familiari e amici di Fausto e Iaio, Ivano**

**tà** che in un Paese civile è la premessa per l'edificazione della giustizia: «Siamo qui – ha detto il Sindaco consegnando a Danila Angeli e a Ivano Vallese un quadro con il disegno del murale – perché in attesa di avere giustizia Fausto e Iaio meritano almeno la dignità del ricordo». Per la mamma di Fausto questo momento con gli studenti e le studentesse è stato, se possibile, ancora più intenso proprio perché nei loro occhi ha un po' potuto riconoscere lo sguardo di Fausto: «Voglio bene – ha detto – a questi ragazzi perché mi ricordano Fausto e Iaio»: un'affermazione che sulle sue labbra ha assunto un significato particolare, perché per Danila Fausto e il suo amico Iaio sono rimasti il simbolo dei tanti che in quegli anni si impegnavano per trasformare il mondo. Così l'abbraccio con queste ragazze e questi ragazzi, alcuni dei quali avevano le lacrime agli occhi, è stato il simbolo dell'abbraccio con la città: **«Trento – ha detto la mamma di Fausto – è finalmente di nuovo la mia città».**

**Il sindaco Franco Ianeselli ha consegnato il quadro-ricordo del murale alla mamma di Fausto, Danila Angeli, e al presidente dell'Associazione familiari e amici di Fausto e Iaio, Ivano Vallesi. Nelle due foto a lato Fausto Tinelli, anche con il fratellino Bruno**

**vanni Moro, «la forma della giustizia».** Nessuno di noi sa se, dopo tanti anni, verrà il giorno in cui sapremo con certezza chi ha condannato a morte e chi ha ucciso due ragazzi di 18 anni. Se ci sarà un giorno nel quale mamma Danila potrà lasciarsi un po' alle spalle «quel vento di marzo che soffiava il giorno dei funerali e che mi portava via tutto, un pezzo della mia vita». Ma possiamo essere certi che gli occhi dei ragazzi che sotto il murale hanno abbracciato la mamma di Fausto guardano con più attenzione e consapevolezza i particolari di quella storia hanno ricevuto in consegna. Anche questo serve a costruire la democrazia.

“Il sentiero dei lupi” è un originale progetto di comunicazione scientifica ed empatica, e di divulgazione su basi scientifiche – che arriva a tutti i diversi pubblici con linguaggio semplice e comprensibile – dedicato al ritorno spontaneo del lupo nel territorio veneto del Parco Nazionale delle Dolomiti Bellunesi. Si tratta di un insieme organico di oltre 100 fotografie, un documentario e dieci storie, visitabili sul portale web omonimo, che mostrano e raccontano la vita, le avventure, i dettagli, del ritorno di questa specie nel Parco, specie che appartiene da sempre all’ambiente alpino. Il rac-

contato per immagini è calato nel territorio meraviglioso dove i lupi si sono reinsediati negli ultimi anni, e che dunque condividono con gli umani.

L’esperta giornalista-comunicatrice Anna Sustersic, che collabora anche con il Parco Nazionale dello Stelvio. Ormai gli strumenti per la coesistenza con i carnivori, come anche con altre specie ritenute per varie ragioni di particolare impatto o portatrici di problemi e conflitti, involontari, per gli umani, sono tanti. Si tratta – dicono da anni tutti gli esperti, nel mondo e sull’arco alpino – di usarli bene, in modo capillare, con convinzione.

### LA PREVENZIONE

**Le misure di prevenzione delle predazioni da parte di lupi e orsi sono ormai**

quasi dieci anni anche su questo fronte, aiutando e supportando gli allevatori nelle diversificate misure di prevenzione e nel loro studio e nella loro conoscenza. I fondi pubblici per implementarle e diffonderle ci sono, si tratta anche in questo caso di saperli usare bene.

### COMUNICAZIONE E FORMAZIONE

Un altro strumento importante è la comunicazione professionale, intesa sia come informazione e formazione (opuscoli, cartellonistica, serate, corsi, siti web, educazione ambientale, didattica nelle scuole), sia come

L’ambiente, la fauna e gli umani

## Gli strumenti per la coesistenza

Gli strumenti per la coesistenza con i carnivori nelle Alpi (lupi, orsi): quelli tecnici, per prevenire predazioni e incidenti, e quelli di comunicazione, per l’informazione, la formazione, il dialogo sociale

di **Maddalena Di Tolla Deflorian**



Una foto del progetto di comunicazione scientifica “Il sentiero dei lupi” (ilsentierodeilupi.com) sul ritorno spontaneo del lupo nel territorio del Parco Nazionale delle Dolomiti Bellunesi

contato per immagini è calato nel territorio meraviglioso dove i lupi si sono reinsediati negli ultimi anni, e che dunque condividono con gli umani.

**Lo curano tre fotografi naturalisti, di cui uno è anche biologo**, in collaborazione stretta col Parco, ovviamente dotati di tutti i permessi per installare fototrappole e con tutte le accortezze per non disturbare o danneggiare i lupi, in particolare i cuccioli, nei momenti delicati della loro vita. **Gli autori e ideatori sono Bruno Boz, Ivan Mazzon, Roberto Sacchet.**

La presentazione recente degli esiti del progetto, che termina a fine 2023, in una partecipata serata d’informazione e di confronto a Busche di Cesiomaggiore nel bellunese, ha mostrato quanto **una buona comunicazione permetta alle persone di informarsi correttamente e di affrontare con serenità gli inevitabili problemi, le paure, i dubbi, le gioie, le differenze di visioni.** Non a caso organizzava l’incontro, insieme al Parco, l’Associazione Faunisti Veneti con la collaborazione di PAMS Foundation Europa, che da anni cura, in giro per il mondo, proprio progetti di coesistenza. Moderava

**da vent’anni al vaglio della ricerca, con un continuo miglioramento e una diffusione che si allarga**, anche se in certi territori (come l’Alto Adige) c’è una forte resistenza ideologica ad essi. Parliamo ovviamente di recinzioni elettrificate, la cui collocazione, forma e altezza, oggi viene studiata con cartografie digitali e in modo specifico per ogni singolo sito di pascolo. Parliamo anche dell’impiego dei meravigliosi cani da protezione (detti anche da guardiania), che iniziano a diffondersi anche in Trentino, e che hanno dimostrato la loro utilità per secoli in Abruzzo e negli ultimi anni in Appennino (grazie anche all’associazione di allevatori di bestiame “DifesAttiva”), poi in Piemonte. Ad aprile a Trento è stato organizzato dalla Provincia un corso specifico per conduttori di cani da protezione, destinato agli allevatori. Il progetto europeo Life Wolf Alps sta lavorando da

“Una buona comunicazione aiuta le persone a informarsi correttamente, per affrontare con serenità i dubbi, i problemi, le paure.”

tavoli di lavoro, di confronto e dunque dialogo sociale. Su questo punto le critiche verso la gestione della Provincia di Trento negli anni si sono moltiplicate.

**Il team di progetto del Festival della Coesistenza, andato in scena l’estate scorsa nel non facile ambito della Lessinia con**

**notevole successo di pubblico, sta lavorando ad una edizione in Trentino per questa estate.**

Da molte voci professionali e sociali importanti del territorio è riemersa negli ultimi mesi la richiesta di tornare a fare bene questa essenziale opera di comunicazione dentro la società, con metodi moderni, attualizzati, capillarmente,

con facilitatori e mediatori preparati e non dipendente dal potere politico. Lo hanno ribadito biologi, musei, comunicatori della scienza, giornalisti scientifici, grandi associazioni come la SAT e le maggiori associazioni ambientaliste.



**Cosa fare quando si smarrisce un cane?**  
Innanzitutto non perdere la calma, poi costruire una robusta rete sociale di supporto per la ricerca. Serve stampare e diffondere molte locandine con belle

AcI Trento

## Cosa fare quando si smarrisce un cane

**Mantenere la calma, non perdere tempo e subito diffondere locandine, anche sui social, e chiedere aiuto alle associazioni e ai vigili del fuoco**

foto, testi chiari e grandi e contatti telefonici (almeno due), informare le forze dell'ordine, le associazioni locali, i vigili del fuoco, il Comune dove si è disperso il cane. Consigliamo anche di ingaggiare – dove necessari – cani molecolari, ma meglio ancora esperti di ricerca con drone dotato di termoscanner. Serve pubblicare su vari canali social la scomparsa e le attività di ricerca. Non perdetevi tempo! Agite subito, la vita e la salute del vostro amato cane dipendono dalla vostra capacità di azione appropriata.

### RINGRAZIAMENTI, DONAZIONI

**Calita**, la nostra vecchietta, che era stata reclusa 12 lunghissimi anni in diversi canili del Lazio, e ha un tumore mammario, si gode la pensione e il benessere, con noi. **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 "Calita, donaz rivista coop". Avvisate su [acltrento@gmail.com](mailto:acltrento@gmail.com) per essere ringraziati. Per info 349 2302344.

## Il libro sul Club Ciclistico Francesco Moser 40 anni di storia, gare, emozioni

L'opera raccoglie i momenti di maggiore significato delle quasi 300 gare dell'esperienza del Club Ciclistico Francesco Moser dal 1981 al 2022

**Q**uattro decenni di attività racchiusi nelle 292 pagine del libro "Club Ciclistico Francesco Moser: 40 anni di storia, gare, emozioni": l'idea è di Giuseppe Zoccante, presidente del Club, le immagini del fotografo Remo Mosna, i testi del giornalista Diego Nart, la grafica di Giovanni Giovannini.

Il libro consegna a corridori e appassionati i momenti di maggiore significato delle quasi 300 gare dell'esperienza del Club Ciclistico Francesco Moser dal 1981 al 2022. Tra quelle di maggiore tradizione (accanto al Giro della Bolghera organizzato dal 1986 e di cui Coop Trentino è sponsor) la cronoscalata Trento-Ponte Alto, il Giro del Trentino a tappe per amatori, il Trofeo Martiri Trentini, il Mundialito, il Gran Premio d'Autunno a cronometro, e molte altre gare che hanno arricchito il calendario di eventi dello sport del pedale di casa nostra. "Abbiamo orga-



**Da sinistra Giuseppe Zoccante, Remo Mosna, Francesco Moser e Diego Nart (foto di Claudio Libera)**

nizzato corse riservate a tutte le categorie, a eccezione dei professionisti – si spiega – Un buon numero di under 23 che ha preso parte al Giro della Bolghera è diventato professionista centrando risultati di alto livello, come Matteo Trentin, vicecampione del mondo, e Sonny Colbrelli

che ha conquistato il titolo europeo nella città di Trento".

In apertura del libro sono pubblicate le interviste a Giuseppe Zoccante e a Francesco Moser. "Credo che il Club – dice Moser – sia un esempio di capacità organizzativa affinata nel corso degli anni alla luce di una esperienza che si è consolidata in modo graduale, stagione dopo stagione".

"Nei primi anni '80 – ha raccontato Giuseppe Zoccante – in Italia e nel mondo erano attivi i Moser Club, ideati a Trento da Italo Garbari (primo presidente della Cassa Rurale di Trento). Eravamo però consapevoli che avrebbero cessato di esistere, una volta conclusa la carriera del campione trentino. Da qui è nata l'idea del Club Ciclistico: creare una realtà in grado di mantenere attuale, nella memoria dei tifosi e degli appassionati, il nome di Francesco Moser anche dopo la conclusione della sua storia sportiva".

Per Zoccante una data è più importante di altre: "domenica 17 maggio 1981 – spiega – quando alle 9 precise dalla peda-

na di partenza di piazza Venezia scattò il primo dei 180 concorrenti in gara nella Trento-Ponte Alto, la prima corsa organizzata dal nostro Club".



## 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

## RADICI E ATTUALITÀ DELLA COOPERAZIONE

(a cura di) Claudio Tugnoli e Michele Dorigatti,  
ed. Tangram, Trento 2023

Un obiettivo coraggioso, ma ben adeguato alla realtà, quello proposto in questo volume: rilanciare le strategie originarie del movimento cooperativistico in funzione di una organizzazione sociale ed economica che garantisca generalizzate condizioni di vita dignitosa. Qui troviamo un compendio di riflessioni a carattere storico e di rilevanza organizzativa e produttiva, tali da imporsi - oggi - come proposta per un originale processo di sviluppo collettivo. I curatori introducono e sintetizzano le voci di autorevoli studiosi (Andrea



## cultura libri

Leonardi, Marcello Farina, Alberto Ianes, Marco Odorizzi, Vera Negri Zamagni, Tino Menzani), che nell'insieme documentano quello che nella storia e a ogni geografia è stato il ruolo della Cooperazione, rilanciandolo nella

contemporaneità: *"Contribuire a dilatare lo spazio occupato dai mercati civili e tutelare l'economia di mercato dai rischi e dai pericoli di una sua lenta ma progressiva involuzione"*. Tesi di elevata credibilità, e perciò offerta come piattaforma di studio e di autoformazione. Anche perchè avvalorata dal dibattito della Costituente italiana, con l'approdo nell'art. 45 della nostra Costituzione: *"La Repubblica riconosce la funzione sociale della cooperazione a carattere di mutualità e senza fini di speculazione privata"*.

## PER UNA MIGLIOR DIFESA DELL'ORGANISMO

di Marialuise Maier e Tanja Nart, ed. Athesia, Bolzano 2022

Le autrici hanno perfezionato i loro studi in Farmacia a livello universitario (Università di Innsbruck), comprovandoli nella loro professione. Accanto alla pratica di farmacista, hanno arricchito la formazione con l'estensione alla medicina complementare, in corsi e conferenze per farmacisti e per semplici cittadini. Dunque vanno ascoltate, *"nel rafforzare le personali capacità di autoguarigione e di risposta immunitaria... fornendo utili consigli su importanti sostanze della fitoterapia e di micronutrienti"*. Si parte da chiare infor-



mazioni sul sistema immunitario, come è costruito, come funziona, come potenziarlo; allo scopo segue l'indicazione dei mezzi, con la proposta dei modi di rafforzamento mirati (*"Si fa così"*). Tutto in un elegante volume - tradotto da Nicoletta De Rossi e vivacizzato dalle immagini del fotografo Markus Prantl - dove domina l'immersione nella natura, e sono protagonisti le erbe e i fiori dei prati, il riconosciuto valore dei comuni prodotti dell'orto, e anche della carne e del pesce e di tanto altro... che sorprenderà. E si può scoprire che è possibile attivare la naturale capacità di autoguarigione, in parallelo al ricorso alla medicina ufficiale quando è necessaria e inevitabile.

## CASTELLI E LEGGENDE DELLA VAL D'ADIGE

di Elfriede Zoggeler Gabrieli e Sonia Tubaro,  
ed. Del Faro, Trento 2021

Per Val d'Adige qui si intende il territorio confluente da destra e da sinistra sul corso del fiume Adige, nel tratto fra Bolzano e Merano. Le singole localizzazioni vengono ben precisate nelle mappe (in seconda e in terza facciata di copertina). I testi (in italiano e in tedesco) sono della ricercatrice e pubblicista Elfriede Zoggeler Gabrieli, le fantasiose immagini sono dell'illustratrice Sonia Tubaro. Ogni castello o torre o rovina (sono 30) ha una descrizione storica-geografica-architettonica, con la con-



nessa narrazione su origine, sviluppo, decadenza ed eventuale recupero, con una nota aggiuntiva di curiosità. Nella presentazione del volume si precisa che *"non si tratta di una replica della letteratura esistente"* (molteplice, come riportato nell'ampia bibliografia in chiusura), ma della opportunità offerta da questo lavoro per legare le narrazioni popolari e le relative figurazioni al reale contesto ambientale di oggi, risultato delle vicende storiche e sociali fin dai tempi più antichi. E storia, è documentazione dell'evolversi di comunità in territori periferici e spesso difficili, è monito a ricordare il passato del proprio popolo. Per tutto questo appare appropriato l'invito da parte delle autrici *"a fare un'emozionante escursione nei castelli medioevali e a riscoprirli"*.

## A SPASSO COL BEBÈ IN TRENTINO

di Angela Martinelli e Maddalena Martinelli, ed. Tappeiner, Lana-Bolzano 2013

Angela è laureata in Scienze Forestali e Ambientali, boschi e montagna dunque sono il suo lavoro. La cugina Maddalena collabora nell'impresa di famiglia, segue i suoi 4 figli, organizza il tempo libero. Tutti insieme condividono la passione di stare all'aria aperta, percorrendo il generoso territorio trentino... tutti insieme, compresi

i più piccoli. Questo libro - dominato dagli spazi, dal verde, dai colori - è un invito all'escursione facile ma di grande attrattiva. Consiglia 40 escursioni, precisando per ciascuna il grado di difficoltà - comunque sempre "a prova di passeggino" -, annotando i dati tecnici riferiti ai tempi di percorrenza, alle lunghezze, alla stagionalità, indicando i punti di sosta e di rifornimento. È descritto il meglio del Trentino, alla



portata di tutti: dalla Val di Fiemme e Fassa, alla Valsugana-Val dei Mocheni-Pinè-Cembra, Altipiano della Vigolana, Altipiani di Folgaria e Lavarone, Val di Non-Paganella-Comano, Rovereto-Garda-Ledro, infine selezioni di Trento e dintorni, con i laghi di Lamar, i Bindesi, le pendici del Monte Calisio, gli Stoi del Sorasass, il Roccolo del Sauch, passando per Faedo. È un libro-guida, messo insieme da esperti e appassionati che vogliono coinvolgere nella loro passione anche le famiglie, anche i bambini.



Le convenzioni dedicate ai soci

## Estate nei parchi, con Carta In Cooperazione

Parchi naturali e “avventura”, acquari e parchi a tema: tante occasioni per visitare un parco in Trentino e in tutta Italia, con il vantaggio degli sconti riservati ai soci possessori di Carta In Cooperazione

### PARCHI AVVENTURA

#### Centro Rafting Extreme Waves Val di Sole

##### Con Carta In Cooperazione

- sconto 15% sul prezzo di listino di tutte le attività\* e Settimane Multisport rivolte agli adulti;
- sconto 20% sul prezzo di listino di tutte le attività\* rivolte ai bambini (fino a 11 anni).  
(\*Rafting, Tarzaning, Ropes Course - parco avventura).

*Lo sconto è esteso a due accompagnatori e non è cumulabile con altre iniziative in corso.*

Il centro Extreme Waves può offrire gratuitamente: ampio parcheggio, parco giochi, aree picnic con tavoli a disposizione, gonfiabile per bambini, visita alla Fattoria Didattica per vivere un'avventura educativa e accarezzare e coccolare molti animali. Convenzione valida per due persone.

Lo sconto è applicato su tutti i prezzi di listino, consultabile sul sito ufficiale [www.raftingextremewaves.it](http://www.raftingextremewaves.it)



#### Extreme Waves

Mestriago di Commezzadura (TN)  
Tel. 0463.970808 - 3357080539  
[info@raftingextremewaves.it](mailto:info@raftingextremewaves.it)  
[www.raftingextremewaves.it](http://www.raftingextremewaves.it)

#### Acropark

##### Con Carta In Cooperazione

- sconto 20% sulle tariffe percorsi

L'entrata al parco è gratuita e si paga solo per avere accesso ai percorsi acrobatici, per i quali viene fornito tutto il necessario ed un corso sulle procedure di uso e sicurezza.

*Per usufruire dello sconto i soci dovranno presentare alla cassa la carta prima della battuta dello scontrino. Gli sconti non sono cumulabili con altre iniziative in corso. Sono esclusi dalla convenzione gadget, attività complementari, cibi, bevande ed altro in vendita.*

#### Acropark

via Laghetto 69, Roana (Vi)  
tel. 346.3991144  
[www.acropark.it](http://www.acropark.it)

#### Breg Adventure Park Val di Breguzzo

##### Con Carta In Cooperazione

- sconto 20% sui prezzi a listino per l'ingresso 3 ore.

*Per usufruire dello sconto i soci dovranno presentare alla cassa la carta prima della battuta dello scontrino. Gli sconti non sono cumulabili con altre iniziative in corso.*

#### Breg Adventure Park

Loc. Chiesetta Alpina, Breguzzo (Tn)  
Tel. 333 8848918 - 0465 323090  
[www.bregadventurepark.it](http://www.bregadventurepark.it)

#### Ostuni Adventure Park Parco Avventura e Bosco Didattico Ciuchino Birichino

##### Con Carta In Cooperazione

- sconto di 2 € sulla seconda attività sportiva

Prenotazione obbligatoria da effettuare sul sito internet.

*Lo sconto è esteso al nucleo familiare fino a un massimo di 4 persone e non è cumulabile con altre promozioni in corso, previa esibizione dei documenti di identità. Lo sconto non viene applicato dal 10 al 25 agosto.*

#### Ostuni Adventure Park

S.P. 17 Ostuni,  
Cisternino-Ostuni (Br)  
[www.ciuchinobirichino.it](http://www.ciuchinobirichino.it)

#### Indiana Park

##### Con Carta In Cooperazione

- sconto di 2 € sulle tariffe dei percorsi per bimbi di 2-5 anni e 6-11 anni e sulle tariffe dei percorsi per ragazzi (oltre 12 anni) e adulti.

*Lo sconto è esteso ai componenti del nucleo familiare del socio, previa esibizione dei documenti di identità. Lo sconto non viene applicato dal 10 al 25 agosto.*

#### Indiana Park

Castellana Grotte (Ba)

tel. 349.5352523 - 327.6912727  
castellana.indianapark.it

## **PARCHI A TEMA**

### **Fico, il parco da gustare**

#### **Con Carta In Cooperazione**

- **sconto di 2 €** con il codice promo SOCIOCOOP sui biglietti d'ingresso al parco, da utilizzare sia per gli acquisti effettuati sul sito fico.it sia direttamente alla cassa.

Fico è il parco del cibo italiano a Bologna per chi ama gustare tutti i piaceri della vita: 20 attrazioni, 13 ristoranti, 13 street food, 13 fabbriche del cibo, una Fattoria degli animali.

#### **Fico**

Via Paolo Canali, 8 - Bologna  
www.fico.it

### **Mirabilandia**

#### **Con Carta In Cooperazione**

- **sconto di 5 €** a fronte di un biglietto di ingresso del tipo individuale adulto a tariffa piena intera diurna (44.90 €) per il Parco di Mirabilandia, previa presentazione della Carta in Cooperazione alle casse di ingresso del parco.

*La promozione non è abbinabile ad altre agevolazioni e potrà essere concessa anche ad un eventuale accompagnatore alle medesime condizioni.*

*Il biglietto di ingresso acquistato include l'accesso a tutte le attrazioni e spettacoli; non include l'accesso al Parco Mirabeach e ad altre aree/attrazioni a pagamento. I bambini fino a un metro d'altezza entrano gratis.*

#### **Mirabilandia**

Ravenna  
tel. 0544 561156 - www.mirabilandia.it

### **Carrisiland Resort**

#### **Con Carta In Cooperazione**

- **sconto 3 €** sull'ingresso adulti e bambini. In estate, da inizio giugno a metà settembre 2022: area boschiva, area divertimenti e acquapark.

*Le agevolazioni sono estese al nucleo familiare del socio.*

#### **Carrisiland Resort**

Cellino S.Marco (Br)  
tel. 349.2914792 - www.Carrisiland.it

### **Leolandia**

#### **Con Carta In Cooperazione**

- **sconto di 2 €** sul pre-acquisto di biglietti a data fissa, inserendo il codice dedicato CPS22 sul sito www.leolandia.it

*Lo sconto non è cumulabile con altre promozioni o convenzioni in corso ed è valido fino al 7 gennaio 2024. I bambini di statura fino a 89 cm entrano gratis.*

*Lo sconto è applicabile su tutti i biglietti del nucleo familiare pre-acquistati online o in biglietteria.*

#### **Leolandia**

Capriate San Gervasio (Bg)  
tel. 02.9090169 - www.leolandia.it

## **ACQUARI**

### **Acquario di Genova**

#### **Con Carta In Cooperazione**

- **sconto di 2 €** sul biglietto d'ingresso a data fissa per adulto e ragazzo (4- 12



anni) acquistato alla cassa. *Lo sconto è esteso fino a 4 componenti del nucleo familiare.*

#### **Acquario di Genova**

Genova, Area Porto Antico  
tel. 010.2345678  
www.acquariodigenova.it

### **Acquario di Livorno**

#### **Con Carta In Cooperazione**

- **sconto di 1 €** sul biglietto di ingresso per adulto e ragazzo, *estendibile fino a due componenti del nucleo familiare.*

Lo sconto non è cumulabile con altre promozioni in corso.

#### **Acquario di Livorno**

Piazza Mascagni, 1 - Livorno  
www.acquariodilivorno.it

## **PARCHI NATURALI**

### **Parchi della Val di Cornia**

#### **Con Carta In Cooperazione**

- **sconto 20%** sul biglietto di visita completa (famiglia, intero e ridotto) al Parco Archeologico di Baratti e

di Populonia (Piombino); al Parco Archeominerario di San Silvestro (Campiglia Marittima), al Museo Archeologico del territorio di Populonia (Piombino).

*I bambini sotto i 6 anni entrano gratis. Lo sconto è esteso al nucleo familiare fino a un massimo di 4 persone e non è cumulabile con altre promozioni in corso.*

#### **Parchi della Val di Cornia**

Piombino (Li)  
tel. 0565.226445  
www.parchivaldicornia.it

### **Parco naturalistico archeologico di Vulci**

#### **Con Carta In Cooperazione**

- **sconto 40%** sul biglietto di ingresso intero al parco, **6 € anziché 10 €**, salvo condizione di maggior favore prevista dal tariffario vigente.

#### **Parco naturalistico archeologico di Vulci**

Canino e Montalto di Castro (Vt)  
tel. 0766.879942  
www.vulci.it

### **Parco Regionale della Maremma**

#### **Con Carta In Cooperazione**

- **sconto di 1 €** sul biglietto d'ingresso al Parco, percorsi a piedi, in bicicletta e ingresso all'Acquario della laguna di Orbetello a Talamone, acquistati presso i Centri visite del Parco.

Lo sconto non è valido sulle gite in canoa, in carrozza e a cavallo.

*Le agevolazioni sono estese agli accompagnatori.*

#### **Parco Regionale della Maremma**

Via del Bersagliere 7/9, Alberese (Gr)  
tel. 0564.393238  
www.parco-maremma.it



#### **Tutte le convenzioni**

Ulteriori convenzioni sono consultabili su <https://www.laspesainfamiglia.coop/Carta-in-Cooperazione/Convenzioni> e su [www.e-coop.it/vantaggi-e-servizi/convenzioni](http://www.e-coop.it/vantaggi-e-servizi/convenzioni)

*(Le condizioni possono subire modifiche dopo l'uscita del giornale)*

“**Q**uello che c'è di più profondo nell'uomo è la pelle”. **Paul Valéry**, con il suo aforisma, si presta a inquadrare le nuove tendenze “verticali” della cosmesi e della bellezza. Frutto di una domanda che non è soltanto funzionale, da parte di consumatrici e consumatori più consapevoli e informati, immersi tra Internet e social network – dove spopolano influencer-star come **L'Estetista Cinica** – e principi attivi ormai sulla bocca di tutti: dall'acido ialuronico, giustamente consacrato per le sue tante virtù, a quelli più di tendenza su cui soffiava il marketing. Attento, curioso e *genderless*: così, a pelle, è l'utilizzatore di creme e sieri che riattivano la bellezza. E crescono gli uomini che, con le donne, dedicano tempo al pro-



man, color. Più altre 34 referenze della linea Chiringuito suddivise in 3 gamme – corpo, viso e capelli – per un pubblico giovane.

Ad arricchire il quadro della bellezza ecco altre due famiglie di prodotto: la Io Coop, per un classico dell'igiene familiare, e la Viviverde, lo storico brand certificato **Natrue**, associazione internazionale che definisce gli standard per trattamenti naturali e biologici come l'assenza di oli minerali,

coloranti, profumi sintetici e derivati dal petrolio. Tra i punti forti della **Viviverde** spicca la nuova gamma dei “solidi”: detergenti viso e corpo, balsamo e shampoo che abbattano il packaging e fanno risparmiare plastica e acqua, consigliati anche per chi viaggia. Nuova è, inoltre, la linea doccia composta da 5 prodotti, con flaconi per il 95% di plastica riciclata. Dentro vi si trovano specialità allettanti come il gommage esfoliante e l'olio doccia.

Alla plastica riciclata nei pack, va precisato,

## Prendersi cura di sé **Belli dentro**

Coop lancia la sua cosmesi per viso e corpo con prodotti per tutte le esigenze, sicuri ed efficaci. Nella linea Cosmecos il meglio della ricerca scientifica “mirata” sulle esigenze della pelle, mentre Chiringuito punta al piacere sensoriale

di **Claudio Strano**

prio corpo e alla sua cura, meglio se sotto il cappello della naturalità.

Benvenuti nell'epoca del **bodycare**, il trionfo dell'attenzione al corpo dopo anni in cui il viso l'ha fatta da padrona e gli ultimi, di pandemia, anche solo visto su uno schermo. Corpo e viso insieme valgono oggi quasi un terzo del mercato della cosmesi post Covid. Prendersi completamente cura di sé, con tanta voglia di sentirsi a posto, a tutto tondo, partendo dalla pelle (skincare), per una “beauty routine 2023” da celebrare anche sugli scaffali della **grande distribuzione**. Nei super e ipermercati si trova il giusto prezzo e si realizza, oggi, il 40% delle vendite del segmento più *green*. A dirlo è la ricerca di Cosmetica Italia (associazione nazionale delle imprese cosmetiche) incentrata sui prodotti a più forte connotazione naturale e sostenibile, dove si vede che creme e lozioni per il viso e il corpo totalizzano richieste superiori, di 4 volte, ai prodotti per il trucco, le mani o le labbra.

Si vorrebbe capirne di più, inoltre (vedi intervista), su principi impiegati anche in farmacia come l'acido salicilico (un attivo multifunzionale per la pelle), o la niacinamide e il bakuchiol (molecole che ristrutturano e migliorano la *texture*, cioè la consistenza, cutanea) e altre sostanze come estratti di

quercia e fico d'India, riformulate per il rinnovamento cellulare.

### **TRATTARSI MEGLIO**

In questo clima di risveglio e riscoperta di sé stessi, Coop dedica 2 delle sue nuove famiglie di prodotti cosmetici alle spinte emergenti: la Cosmecos – equilibrio perfetto tra innovazione, ricerca e cura quotidiana – e la Chiringuito, con estratti di frutta, profumi e consistenze particolari, rivolta a una clientela giovane. Le proposte escono dai laboratori di ricerca di aziende che abbracciano i suoi valori. Dunque, massima attenzione alle sostanze che possono dare allergie o a molecole conservanti, come i **parabeni** e i **tiazoloni**, sulla cui sicurezza d'uso la letteratura scientifica non è concorde.

Coop mantiene fermo, inoltre, il proprio impegno originario di non testare i prodotti cosmetici su animali – oggi obbligo di legge – ma anche e soprattutto di non utilizzare alcuna materia prima che derivi da uccisione animale, come previsto dalla standard Lav (Lega Anti Vivisezione), ma non dalla norma di riferimento. Così vuole diventare un punto di riferimento nella cura della persona con 67 referenze della linea Cosmecos, per una cosmesi “clean” sviluppata su 5 gamme: skin, hair, active,

La professoressa **Alessandra Semenzato**, docente presso l'Università degli Studi di Padova e direttrice scientifica dello spin-off Unired, supporta da anni Coop nella valutazione delle formule affinché siano rispettose di requisiti che vanno anche oltre gli standard di legge, a cominciare dai criteri di scelta delle materie prime che devono garantire al consumatore e all'ambiente il massimo della sicurezza. Tutti i prodotti sono controllati rispetto alle contaminazioni con nichel, cromo e cobalto.

### **Professoressa, è possibile una dermocosmesi di qualità a prezzi contenuti?**

*Il concetto di qualità non va associato necessariamente a quello di prezzo, che fondamentalmente è una leva di marketing. Il problema è definire che cosa intendiamo per qualità. Coop ha prestato grande attenzione alle materie prime e agli aspetti legati alla sicurezza, nell'interesse del consumatore. Nella cosmesi, qualità significa essenzialmente selezione delle materie prime e definizione degli standard di sicurezza a tutela del consumatore.*

si ricorre compatibilmente con formulazioni chimiche complesse che necessitano di stabilità e giuste interazioni con il contenitore, in modo trasversale a tutte le linee.

«Non c'è stato un solo modello di bellezza a guidarci – commenta Cristina Cannistraci, specialista di prodotto di Coop Italia – ma il desiderio di soddisfare le richieste di tutti e di offrire il nostro marchio come garanzia di fronte all'estrema segmentazione e iperspecializzazione del settore». «La nostra credibilità – riassume Elena Edili, senior product manager del prodotto Coop – per elevare la qualità e il livello del nostro benessere».

### **SIERI ANTI-ETÀ E CREME SORBETTO**

Non c'è dubbio che siano Cosmecos, soprattutto, e Chiringuito i due brand più innovativi. Il primo approccia la cura della pelle per bisogni specifici, rivolgendosi anche a chi fa sport e apprezza gli ingredienti delicati e di uso frequente che

donano freschezza prima e dopo il bagno. E se ciò non bastasse, c'è un deodorante roll-on efficace 48 ore, senza sali di alluminio, che aiuta a combattere i cattivi odori. E poi

ancora una serie tutta per l'uomo, pratica ed essenziale, di prodotti a base di estratti di quercia e fico d'India.

**Cosmecos** è sinonimo di ricerca e principi di riconosciuta efficacia – spiegati fin dall'etichetta –, come caffeina, acido salicilico e ialuronico. Quest'ultimo, idratante, è attivo con pesi molecolari diversi che permettono più livelli di assorbimento.

**Il siero anti-età è uno dei prodotti-simbolo** in grado di unire un trattamento di successo, il siero, appunto, con il desiderio di restare giovani. Con un altro prodotto-eroe, la crema sorbetto, leggera e facile da assorbire, eccoci sbarcati nel colorato e frizzante mondo dei **Chiringuito**. Tra maschere viso hydrogel in tre diverse varianti, patch contorno occhi per

ridurre le borse, patch per acne e patch per punti neri T-zone (area che include fronte, naso e mento) purificanti. Per chi vuole sentirsi bello, dentro e fuori, a qualsiasi età.

([consumatori.e-coop.it](http://consumatori.e-coop.it))



## «Una buona cosmesi? Non è questione di prezzo»

di **Claudio Strano**

dal momento che la legislazione assegna questa scelta alla responsabilità del produttore. È quello che abbiamo fatto con Coop, stilando linee guida molto ferme e chiare. La grande distribuzione io credo abbia la possibilità di vendere prodotti che hanno dietro una solida ricerca scientifica a prezzi assolutamente competitivi.

### **A quale filosofia è improntata la linea Cosmecos? È corretto definirla professionale?**

L'idea è che anche al supermercato si possa trovare una linea cosmetica con una texture più curata e piacevole, ma focalizzata sui bisogni della pelle. Una linea che utilizzi "attivi" di punta ormai consolidati da studi clinici, come l'acido salicilico, largamente impiegato nella farmaceutica, o il bakuchiol, analogo al retinolo, e altre sostanze con effetti mirati sulla cute di chi ha piccole problematiche specifiche come macchie o pelle impura. Più che professionale, la definirei una

linea "clean", traducendo questo termine con "essenziale", cioè una cosmetica in cui si utilizzano formule semplici e mirate a uno specifico inestetismo, in cui gli attivi sono molecole di efficacia comprovata. La cosiddetta "clean beauty" garantisce l'efficacia del prodotto ma è anche attenta alla sicurezza, rinunciando a ingredienti non indispensabili, senza tuttavia mai dimenticare la parte piacevole dell'esperienza d'uso.

### **Naturale, biologico e vegano fanno però più tendenza anche nel mondo della cosmesi.**

Ogni prodotto cosmetico viene sviluppato per offrire funzionalità e piacevolezza d'uso, andando incontro alle esigenze della clientela a cui si rivolge. Esistono tanti clienti diversi, come esistono fasi diverse della vita di ciascuno di essi e per questo le linee cosmetiche devono essere molto diversificate. Quelle naturali, ad esempio, sono caratterizzate dall'utilizzo di estratti vegetali, come nei prodotti Viviverde, in cui gli attivi specifici per la cute non sono molecole isolate ma sono presenti all'interno

di un pool di sostanze e ben soddisfano le esigenze di chi non ha problematiche particolari. Estratti di frutta e piante svolgono un'attività sebo regolatrice e aiutano chi ha la pelle grassa: li troviamo anche nella linea Chiringuito, pensata per chi vuole fare esperienze nuove e stimolanti.

### **Ci dice un errore comune che commettiamo all'atto dell'acquisto?**

L'errore è pensare che i prodotti "coincidano" con i principi attivi, come se i cosmetici fossero veri e propri farmaci. Si tratta di una semplificazione che da un lato facilita la comunicazione del prodotto, ma dall'altro rischia di confondere il consumatore che trova sieri o creme con gli stessi principi attivi in tutti i canali di vendita. Formulare un cosmetico è qualcosa di molto complesso: il prodotto, inteso come miscela di ingredienti, deve soddisfare contemporaneamente i bisogni della pelle e quelli della persona che lo utilizza. E se parliamo di un cliente Coop, ancora di più: è una persona che merita grande rispetto per le alte aspettative che ha riposto nel suo marchio.



## Ricette, bottiglie e libri

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

# Quasi tutto vegetariano In teglia!

Escono dal forno appetitose e fragranti le pizze veloci, le torte salate, le sfogliate, le focacce, i crumble e i timballi. Ricette facili, con tante verdure dai sapori mediterranei

## Pizza veloce di sfoglia con patè di olive e cime di rapa

2 rotoli di pasta sfoglia rettangolare, 500 g di cime di rapa, 250 g di scamorza, 1 vasetto di patè di olive Taggiasca Fior Fiore, 1 uovo, semi di sesamo, olio d'oliva extravergine, 1 spicchio d'aglio, peperoncino, sale

Pulite le cime di rapa, scottatele in acqua bollente salata per 5 minuti, scolatele e fate raffreddare; strizzatele molto bene, tritatele e ripassatele in padella con 2 cucchiai d'olio, l'aglio schiacciato e un pizzico di peperoncino. Tritate la scamorza; stendete la pasta su un foglio di carta da forno e farcitemela con le cime di rapa, il formaggio e gocce di patè d'olive; ricoprite con l'altra sfoglia, sigillate i bordi esterni e incidete con il dorso del



4 foglie di basilico, olio d'oliva extravergine

Frullate le nocchie con un pizzico di sale e mescolatele alla farina e disponetele a fontana sulla spianatoia, versate al centro 2 cucchiai d'olio e l'acqua tiepida necessaria per ottenere un impasto liscio; copritelo e fatelo riposare per 30 minuti; nel frattempo tagliate a spicchietti la melanzana e rosolatela in padella per 7-8

te la farina, il lievito e il latte e mescolate fino a ottenere una pastella liscia; unite le zucchine con il cipollotto, la feta sbriciolata e la menta; versate il tutto in uno stampo rettangolare imburrato e cuocete a forno caldo a 180°C per 50 minuti. (Fiorfiore in cucina, 3/2015)

minuti con 2 cucchiai d'olio; fuori dal fuoco condire con l'origano; tagliate i pomodorini a spicchi e conditeli con un filo d'olio, sale e con il basilico spezzettato; riducete la mozzarella a tocchetti, riprendete la pasta, tirate la sfoglia molto sottile, ungete una teglia da 26 cm di diametro e foderatela con la pasta; distribuitevi sopra i fiocchi d'avena w poi le melanzane a tocchetti; proseguite aggiungendo la mozzarella e i pomodorini; ripiegate il bordo sul ripieno e infornate a 200°C per 20 minuti; servite la torta tiepida o fredda. (Fiorfiore in cucina, 6/2021)

## Torta salata alle nocchie con verdure e mozzarella

150 g di farina "0",  
50 g di nocchie tostate,  
150 g di pomodorini maturi,

150 g di mozzarella, 300 g di melanzana,  
2 cucchiai di fiocchi d'avena, 1 presa d'origano,

## Crumble salato di pomodori e cipolle di Tropea

500 g di pomodorini (di Pachino, datterino o Piccadilly), 2 cipolle rosse di Tropea Calabria Igp fior fiore, olio d'oliva extravergine, sale e pepe; per il crumble: 100 g di farina "0", 60 g di mandorle sgusciate Origine, 60 g di ricotta secca di pecora, 60 g di olio d'oliva extravergine

coltello la superficie, formando una grata; bucherellate con una forchetta. Spennellate con l'uovo precedentemente sbattute e cospargete con i semi di sesamo; cuocete in forno caldo a 180°C per 25 minuti. (Fiorfiore in cucina, 4/2023)

## Focaccia con zucchine, feta e menta

Per 4 persone: 3 uova, 100 g emmentaler, il succo di 1 limone, 5 cucchiai di olio d'oliva extravergine, 180 g di farina 00, 9 g di lievito in polvere, 75 ml di latte, 150 g di zuccina grattugiata, 1 cipollotto, 100 g di feta, 2 manciate menta tritata

Fate soffriggere in 1 cucchiaio d'olio il cipollotto tritato e le zucchine; in un recipiente mescolate le uova, l'emmentaler, il succo di limone e l'olio rimasto; aggiungete



Mondate e tagliate le cipolle in anelli molto sottili e sciacquateli sotto acqua corrente; lavate e asciugate i pomodori, trasferiteli in una teglia di circa 18 x 25 cm e unitevi gli anelli di cipolla; irrorate con 3 cucchiai di olio e condite con un pizzico di sale e di pepe; mescolate bene per condire pomodori e cipolle in modo uniforme; in una terrina capiente preparate il crumble mescolando la farina con le mandorle tritate grossolanamente al coltello e la ricotta grattugiata finemente; aggiungete l'olio e impastate, pizzicando con la punta delle dita, fino ad ottenere delle briciole; distribuite il crumble salato sopra i pomodori e le cipolle e



cuocete in forno a 180°C per 20-30 minuti, finché risulterà dorato. *(Fiorfiore in cucina, 9/2021)*

### **Timballo di maccheroni con zucchini, speck e mozzarella**

**Per 4 persone:** 320 g di maccheroni integrali, 200 g di speck, 1 kg di zucchini, 1 spicchio d'aglio, 500 ml di besciamella, 250 g di mozzarella fior di latte Stg fior fiore, 140 g di Grana Padano Dop Riserva oltre 20 mesi fior fiore, 150 g di stracchino, noce moscata, olio d'oliva extravergine, pangrattato, burro, sale e pepe

Tagliate le zucchini a rondelle; fate rosolare in padella l'aglio in camicia con 3 cucchiaini d'olio per un paio di minuti; aggiungete le zucchini, regolate di sale e pepe, coprite e lasciate stufare a fuoco dolce per 5 minuti; eliminate l'aglio e frullate metà delle zucchini con lo stracchino e 50 g di grana grattugiato,

regolate di sale e unite una presa di noce moscata grattugiata; dovete ottenere un composto cremoso. Lessate la pasta in acqua salata e scolatela qualche minuto prima che arrivi a cottura; conditela con 1 cucchiaio d'olio e staccate subito i maccheroni disponendoli su un canovaccio pulito; imburrate una teglia e cospargetela con pangrattato; con l'aiuto di un sac-à-poche farcite i maccheroni con la crema di zucchini fino all'orlo; in una ciotola amalgamate le zucchini rimaste con la besciamella, 50 g di grana, la mozzarella a dadini e lo speck a striscioline, regolate di sale e usate il composto per condire i maccheroni; versateli nella teglia, cospargete con altro pangrattato, il grana rimanente e burro a fiocchetti; cuocete in forno a 180°C per circa 40 minuti; sfornate e lasciate intiepidire il timballo di pasta per circa 10 minuti prima di servirlo. *(Fiorfiore in cucina, 8/2020)*



### **Sfogliata caprese con mozzarella, pomodori e basilico**

**1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare, 200 g di mozzarella fior di latte Stg fior fiore, 30 g di olive taggiasche denocciolate in olio d'oliva extravergine fior fiore, 1 uovo, semi di papavero, 300 g di pomodori misti, olio d'oliva extravergine, origano, sale e pepe**

Affettate i pomodori e disponeteli su una teglia foderata con carta da forno, conditeli con olio, sale e pepe e poneteli in forno a 200°C per circa 10-15 minuti o fino a quando si saranno arrostiti e i bordi appariranno un po' caramellati; sfornate e fate raffreddare. Tagliate la mozzarella a fette e fatela sgocciolare in uno scolapasta, poi tamponatela con carta da cucina. Srotolate la pasta sfoglia sulla sua carta da forno e, con un coltellino affilato, praticate un'incisione lungo il bordo a 1 cm dal margine esterno; disponetevi i pomodori, la mozzarella e le olive, spennellate i bordi della pasta con l'uovo sbattuto e cospargeteli con i semi di papavero; condite con un filo d'olio e un pizzico di sale e pepe; cuocete in forno a 180°C per circa 20 minuti o fino a doratura; sfornate e profumate con l'origano, quindi servite. *(Fiorfiore in cucina, 7/2020)*

### **Dessert crudisti**

### **Tortini al cacao**

Un piccolo dolce... senza passare dal forno: le ricette crudiste, anche nei dolci, permettono di mantenere inalterate le proprietà nutritive degli alimenti e suggeriscono soluzioni alternative in cucina

**Per 2 persone:** 150 g di polpa di banana, 20 g di cacao amaro in polvere da fave crude, 50 g di cocco rapè + quello per decorare, 60 g di mandorle sgusciate Origine, 4 datteri, cocco essiccato

Utilizzando un frullatore, tritate le mandorle insieme al cocco rapè, aggiungendo poca acqua (circa 15 ml);

unite il cacao, i datteri denocciolati, la banana e tritate nuovamente il tutto fino a ottenere un composto cremoso ma abbastanza denso e omogeneo; mentre eseguite questa operazione, aggiungete altra acqua se necessario. Riempite con il composto due stampini precedentemente rivestiti con una pellicola per alimenti; sigillate bene e lasciate riposare in frigo per una notte; servite decorando con il cocco rapè e il cocco essiccato.

*(Fiorfiore in cucina, 5/2023)*





Da non confondersi con il romice (*Rumex obtusifolius*) suo stretto parente, l'acetosa (*Rumex acetosa*), appartiene alla famiglia delle Polygonacee; è una pianta rustica, vigorosa e perenne con un ampio apparato radicale da cui si sviluppano le foglie basali picciolate, oblunghie, tipicamente sagittate (a forma di punta di freccia) e dotate di orecchiette, sorrette da lunghi piccioli; il fusto

Per quel che riguarda la talea, in autunno si estrarranno dal terreno le piante più sviluppate con il pane di terra e la radice per poi trapiantarle in vasetti. Dopo le necessarie annaffiature e solo quando la talea avrà messo le radici, si passerà al rinvaso.

**In alcune regioni si coltiva anche l'acetosa romana o acetosa tonda**, derivata dal *Rumex scutatus*, caratterizzata da foglie più rotonde e di colore verde intenso, un po' carnosette e perciò meno tenere. Nelle località montane a clima molto freddo si coltiva spesso l'**acetosa-spinacio** (*Rumex patientia*), conosciuta anche come romice domestica, un ortaggio di notevole sviluppo vegetativo, le cui foglie si cucinano come gli spinaci.

## L'acetosa, il "pan e vin" della nostra infanzia Fresche foglie dissetanti

Preziosa per le sue proprietà nutrizionali, l'acetosa è un'erba spontanea che si coltiva bene anche nell'orto come pianta aromatica. Il suo particolare sapore acidulo caratterizza insalate, frittate, zuppe, risotti

di Iris Fontanari

**U**n tempo nota soprattutto ai ragazzi che amavano spesso masticare le sue foglie acide e dissetanti (da cui il nome dialettale di "pan e vin"), l'acetosa, pianta spontanea diffusa sui prati e nelle nostre campagne, oggi è coltivata anche negli orti, come pianta aromatica per il suo caratteristico sapore acidulo dovuto all'ossalato di potassio in essa contenuto.

### La ricetta Risotto di acetosa e piantaggine

**Ingredienti:** 1 manciata di foglie tenere di acetosa e 1 di foglie di piantaggine, 200 g di riso, 1/2 bicchiere di vino bianco secco, brodo, burro, olio, grana, grattugiato, sale.

Rosolare in poco burro o olio evo le foglie tagliate finemente, salare e unire il riso; far stufare pian piano il tutto e versare un po' di vino bianco: quando sarà evaporato, versare il brodo bollente e far cuocere, sempre mescolando. Servire il risotto con il grana.

è eretto, rossastro e cavo, alto fino ad un metro, diviso in alto in fusticini recanti piccoli fiori, raccolti in infiorescenze rossastre. Queste ultime trovano un buon utilizzo in campo terapeutico perché contengono **vitamine, in particolare la C, il già citato ossalato di potassio, acido folico, ferro e vari altri sali minerali.**

In virtù dei suoi componenti, l'acetosa ha **proprietà antiscorbutiche, lassative, diuretiche, depurative del fegato e dell'intestino, antianemiche, febbrifughe, bechiche (contrastanti la tosse) e rafforzative del sistema immunitario.**

Dobbiamo tuttavia tenere sempre presente che questa pianta, pur tanto utile, **non è tollerata da tutti e non se ne deve mai abusare;** in particolare, è controindicata per i sofferenti di gotta, artrosi e reumatismi, calcoli renali, disturbi intestinali, iperacidità gastrica e per chi ha problemi di fegato.

**Dalla specie spontanea è derivata l'eccellente varietà hortensis con foglie più larghe,** di color verde pallido e molto più tenere: si tratta dell'acetosa bionda, conosciuta come acetosa maggiore o erba brusca. **L'acetosa ortense è una pianta molto semplice da coltivare:** per la sua propagazione si può partire dalla talea oppure dai semi posti direttamente nel terreno: in quest'ultimo caso, generalmente in primavera, ma anche a fine estate, scegliendo una zona luminosa e soleggiata si faranno germinare i semi dopo averli posti in un terreno fertile e ricco di azoto; quando le piantine saranno abbastanza grandi si metteranno a dimora in terreno concimato, permeabile e drenante, alla distanza di 40 cm tra una pianta e l'altra e, tra le file, di 50-60 cm.

**In cucina si possono utilizzare sia le foglie dell'acetosa selvatica che quelle dell'acetosa bionda, la cosiddetta erba**



Nelle foto: due esempi delle diverse varietà di acetosa

**brusca, o di altre varietà simili.** Naturalmente le foglie raccolte dalle varietà coltivate sono molto più tenere e saporite, benché sempre tipicamente acidule.

Le foglie più giovani, così come gli apici dei fusti quando sono ancora teneri, si possono consumare mescolate alle insalate di stagione; tuttavia, per l'alto contenuto in sali, è preferibile utilizzarle sempre in piccole quantità.

In genere si consumano bollite, come gli spinaci, facendole cuocere il meno possibile perché non perdano il loro caratteristico sapore aromatico; poi si possono condire con olio e limone oppure passare nel burro e, in questo modo, sono davvero prelibate!

Con l'acetosa si preparano anche delle squisite zuppe o delle speciali salse per accompagnare le carni in genere; inoltre le sue foglie crude, tritate, sono ottime per aromatizzare il pesce e le frittate.

# 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](http://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.

**GIOVEDÌ 1° GIUGNO 2023  
LUNEDÌ 12 GIUGNO 2023  
MARTEDÌ 31 OTTOBRE 2023  
GIOVEDÌ 30 NOVEMBRE 2023**

**INIZIO PRENOTAZIONI  
INIZIO CONSEGNE  
CHIUSURA PRENOTAZIONI  
ULTIMA DATA RITIRO LIBRI**

**FAMIGLIA  
COOPERATIVA**   


**coop**

**cool KONSUM**   


# MODULO PRENOTAZIONE LIBRI DI TESTO

## DAL 1° GIUGNO AL 31 DICEMBRE 2023

FAMIGLIA COOPERATIVA/SOCIETÀ.....

PUNTO VENDITA DI.....

### PRENOTAZIONE LIBRI DI TESTO PER MEDIE SUPERIORI Anno scolastico 2023/2024

DATA PRENOTAZIONE: ...../...../..... NUMERO ORDINE: .....

**SOCIO (Cod Carta**.....)  **NON SOCIO**

COPERTINE:  Sì  No

TESTO: Prima riga..... Seconda riga..... Terza riga.....

NOME E COGNOME STUDENTE.....

TEL. CELLULARE..... E-MAIL.....  
(Autorizzo l'invio di un sms per comunicazioni inerenti il servizio di prenotazione libri) (Autorizzo l'invio di e-mail per comunicazioni inerenti il servizio di prenotazione libri)

VIA..... CAP..... CITTÀ.....

SCUOLA..... CLASSE..... SEZ.....

SPECIALIZZAZIONE..... NUMERO TESTI PRENOTATI.....

FIRMA: .....

TIMBRO PUNTO VENDITA

**ALLEGARE LA LISTA DELLA SCUOLA INDICANDO I TESTI RICHIESTI E RIPORTANDO IL NOME DELLO STUDENTE**

#### ISTRUZIONI PER L'UTILIZZO DELLA PRENOTAZIONE

- Compilare con attenzione il modulo in tutte le sue parti eccetto il numero ordine e la zona riservata al punto vendita
- Indicare sulla lista rilasciata dalla scuola i testi da prenotare con una crocetta. Se il testo è costituito da più moduli apporre la crocetta ad ogni modulo. Per una prenotazione completa barrare tutti i testi.
- Consegnare il modulo debitamente firmato con allegata la fotocopia della lista dei testi presso il punto vendita.
- Ritirare la ricevuta di prenotazione presso il punto vendita nei giorni successivi alla prenotazione.
- Per verificare lo stato del tuo ordine vai sul sito [www.laspesainfamiglia.it](http://www.laspesainfamiglia.it)

Vi informiamo che i vostri dati personali, inseriti nel presente modulo, saranno trattati nel pieno rispetto del Codice della Privacy e del Regolamento (UE2016/679) circa la "Tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali". La compilazione e la sottoscrizione del presente modulo esprime il consenso alla raccolta ed al trattamento dei dati personali e all'invio di messaggi di avviso limitatamente ai fini connessi alla gestione del servizio.

Parte riservata al personale del punto vendita

COPIA PER IL CLIENTE

FAMIGLIA COOPERATIVA/SOCIETÀ.....

PUNTO VENDITA DI.....

PRENOTAZIONE EFFETTUATA IN DATA: ..... NUM. ORDINE .....

NOME COGNOME STUDENTE..... TEL. CELLULARE.....

TIMBRO PUNTO VENDITA

Dal 12 giugno 2023 inizio ritiro libri prenotati. 30 novembre 2023 ultima data ritiro libri prenotati. La ricevuta di prenotazione ed i libri dovranno essere ritirati nello stesso punto vendita dove sono stati prenotati. Eventuali indisponibilità di titoli saranno evidenziate sulla ricevuta di prenotazione. Per eventuali informazioni telefonare al punto vendita.

# PRENOTA ONLINE



La prenotazione online è più comoda e veloce:  
dal 1° giugno su [www.laspesainfamiglia.coop](http://www.laspesainfamiglia.coop)  
le LISTE DI ADOZIONE DELLA TUA SCUOLA sono già pronte.  
**PRENOTA SUBITO I TUOI LIBRI!**

Se porti il tuo numero in CoopVoce



**ATTIVAZIONE E PRIMO MESE GRATUITO**



# 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](http://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](http://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 • BORGIO 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 25 MAGGIO  
AL 7 GIUGNO 2023

VALIDA  
NEI NEGOZI  
ADERENTI



## Latte di Capra UHT intero Latte Trento

500 ml  
3,18 € al litro



SOLO PER I SOCI

**70 PUNTI** e 0,89 €

ANZICHÉ 2,09 €

## Formaggini Susanna

pz. 8 - 140 g  
9,64 € al kg



SOLO PER I SOCI

**60 PUNTI** e 0,75 €

ANZICHÉ 1,69 €

## Funghi champignons affettati al naturale

**Nova**  
190 g - sgocciolato 105 g  
7,14 € al kg



SOLO PER I SOCI

**40 PUNTI** e 0,35 €

ANZICHÉ 1,09 €

## Bevande Bravo Rauch

ace - arancia - arancia rossa -  
multivitamin - ananas  
2 litri  
0,90 € al litro



SOLO PER I SOCI

**80 PUNTI** e 0,99 €

ANZICHÉ 2,29 €

## Gelato Maxibon classic Nestlé

pz. 4 - 384 g  
8,31 € al kg



SOLO PER I SOCI

**160 PUNTI** e 1,59 €

ANZICHÉ 4,59 €



**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

DALL'8 AL 21 GIUGNO 2023

VALIDA  
NEI NEGOZI  
ADERENTI



## Margarina Vallè Naturalmente

250 g  
5,00 € al kg



**SOLO PER I SOCI**

**60 PUNTI** e 0,65 €

ANZICHÉ 1,79 €

## Preparato per pizza istantanea Soffice Star

440 g  
3,30 € al kg



**SOLO PER I SOCI**

**60 PUNTI** e 0,85 €

ANZICHÉ 1,69 €

## Condiverde Saclà

per insalate di riso  
290 g  
6,17 € al kg



**SOLO PER I SOCI**

**70 PUNTI** e 1,09 €

ANZICHÉ 2,69 €

## Vino Teroldego Rotaliano Trentino DOC Cantina Rotaliana

750 ml  
7,05 € al litro



**SOLO PER I SOCI**

**240 PUNTI** e 2,89 €

ANZICHÉ 6,75 €

## Vino Trevenzies IGT Terre Freddes Cavit

bianco rosato - rosso  
750 ml  
2,92 € al litro



**SOLO PER I SOCI**

**110 PUNTI** e 1,09 €

ANZICHÉ 2,79 €

**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.

DAL 1° GIUGNO 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

**LIBERTY**GROSS

**FORNITURE  
ALBERGHIERE**

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

DA LUNEDÌ A VENERDÌ  
9:00 - 17:30

fornitore ufficiale di:



# MISSIONE RISPARMIO

## IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

### ENTRO L'8 GIUGNO 2023

### CONSEGNA DAL 17 AL 31 LUGLIO 2023



#### nr. 234 TRIFERRO BEACH WAVES BABYLISS

nr. 234

- Temperatura max 200°C
- Rivestimento in Tourmaline Ceramic
- Sistema riscaldamento Advanced Ceramics™
- 3 temperature da 160° a 200° C
- Punte termoisolanti
- Custodia termoresistente inclusa

PREZZO € 72,90  
OFFERTA € 54,90  
PREZZO SOCI € 49,90  
SCONTO 30%



#### nr. 235 ASCIUGACAPELLI HC100 BEURER

nr. 235

- Potenza max 1700 W
- Lunghezza cavo 2,70 metri
- 4 livelli di calore / 4 livelli di ventilazione
- Colpo di aria fredda per fissare l'acconciatura
- Bocchetta professionale sottile ad applicazione magnetica



PREZZO € 169,00  
OFFERTA € 122,00  
PREZZO SOCI € 109,00  
SCONTO 35%



#### nr. 236 RASOIO-EPILATORE 2IN 1 HL76 BEURER

nr. 236

- Wet&Dry: adatto per la rasatura sia sulla pelle bagnata che asciutta
- Testina flessibile
- 4 accessori inclusi: 1 per il peeling, 2 di rifinitura specifici per l'inguine, 1 di scorrimento
- 2 livelli di potenza
- Batteria ricaricabile agli ioni di litio
- Impermeabile (IPX 7)
- Incl. custodia, pennello di pulizia, base di ricarica e di appoggio



PREZZO € 81,90  
OFFERTA € 59,90  
PREZZO SOCI € 54,90  
SCONTO 32%



#### nr. 237 SPECCHIO COSMETICO ILLUMINATO BS45 BEURER

nr. 237

- Con luce LED e funzione di regolazione continua della luminosità
- Sensore tattile sulla superficie dello specchio
- Con base di appoggio
- Ø cm 17,5
- Spegnimento automatico dopo 15 minuti
- Batterie incluse (3 AA)



PREZZO € 39,90  
OFFERTA € 27,90  
PREZZO SOCI € 24,90  
SCONTO 37%



#### nr. 238 DISPOSITIVO DOPOPUNTURA BR10 BEURER

nr. 238

- Piastra elettrica in ceramica a riscaldamento rapido (circa 50°C)
- Programma di 3 secondi, adatto anche per pelli sensibili.
- Dispositivo medico
- Batterie incluse (2 AAA)



PREZZO € 29,90  
OFFERTA € 21,90  
PREZZO SOCI € 18,90  
SCONTO 36%



# MISSIONE RISPARMIO

## IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

### FINO AL 31 AGOSTO 2023

### INFORMAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

**coop**  
Trentino

FAMIGLIA  
COOPERATIVA

**coop**  
SUPERSTORE

#### 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

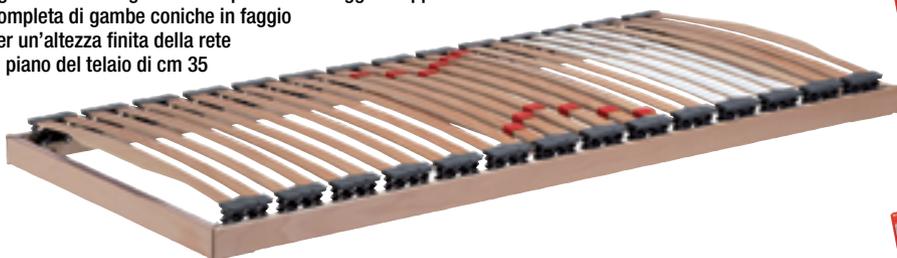
DAL 1° GIUGNO AL 30 SETTEMBRE 2023

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%

# MISSIONE RISPARMIO

## IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

### ENTRO L'8 GIUGNO 2023

### CONSEGNA DAL 17 AL 31 LUGLIO 2023

**coop**  
Trentino

FAMIGLIA  
COOPERATIVA

**coop**  
SUPERSTORE

#### LINEA TAVOLA TOGNANA

nr. **231**  
**SERVIZIO TAVOLA**  
18 PEZZI

- In porcellana
- Lavabili in lavastoviglie
- Set 18 pezzi, composto da:
  - 6 piatti piani
  - 6 piatti fondi
  - 6 piatti dessert



PREZZO € 52,90  
OFFERTA € 36,90

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

nr. **230**  
**BOLO**



- In porcellana
- Lavabile in lavastoviglie
- Misure: Ø cm 14

PREZZO € 4,89  
OFFERTA € 2,50

PREZZO SOCI € **1,90** **SCONTO 60%**

nr. **228**  
**SET TAZZE CON PIATTINO**

- 4 pezzi
- In porcellana
- Con piattino in legno
- Non lavabili in lavastoviglie



PREZZO € 14,90  
OFFERTA € 10,90

PREZZO SOCI € **8,90** **SCONTO 40%**

nr. **229**  
**SET 3 BICCHIERI**

- In vetro colorato
- 340 cc
- Non lavabili in lavastoviglie

PREZZO € 8,89  
OFFERTA € 5,90

PREZZO SOCI € **4,90** **SCONTO 44%**



## LINEA SIENA BALLARINI

- Rivestimento antiaderente Quartz Plus rinforzato a 3 strati
- Adatte a piani cottura a gas, piastra elettrica e vetroceramica
- Lavabili in lavastoviglie
- Manici resistenti al forno fino a 160°C



nr. **223**  
**PADELLA**  
Ø 20 CM

PREZZO € 15,90  
OFFERTA € 10,90

PREZZO SOCI € **8,90** **SCONTO 44%**



nr. **224**  
**PADELLA**  
Ø 24 CM

PREZZO € 17,90  
OFFERTA € 12,90

PREZZO SOCI € **10,90** **SCONTO 39%**



nr. **226**

**WOK**  
Ø 28 CM

PREZZO € 26,90  
OFFERTA € 18,90

PREZZO SOCI € **16,90** **SCONTO 37%**



nr. **225**  
**PADELLA**  
Ø 28 CM

PREZZO € 20,90  
OFFERTA € 14,90

PREZZO SOCI € **12,90** **SCONTO 38%**

nr. **227**

**TEGAME 2 MANICI**  
Ø 28 CM

PREZZO € 25,90  
OFFERTA € 17,90

PREZZO SOCI € **15,90** **SCONTO 38%**

nr. **232**

**GELATIERA GH02 GIRMI**

- Potenza 12 W
- Capacità 1 l
- Contenitore refrigerante cm 18,5x11 H
- Piedini antiscivolo
- Completamente smontabile per una facile pulizia
- Dimensioni: cm 18,5x19,5 H



PREZZO € 61,90  
OFFERTA € 41,90  
PREZZO SOCI € **36,90**

**SCONTO 40%**

nr. **233**

**ESTRATTORE DI SUCCHI**  
**SW10 GIRMI**

- Potenza 150 W
- Giri motore: 55 giri/minuto
- Filtro in metallo con microtrama
- Bicchiere da 1 l per succo e 0,8 l per scarto
- Ricettario incluso
- Piedini antiscivolo



PREZZO € 129,00  
OFFERTA € 89,90  
PREZZO SOCI € **79,90**

**SCONTO 38%**

nr. **240**

**FERRO DA STIRO ST62**  
**GIRMI**

- Potenza 2800 W
- Emissione di vapore anche in verticale
- Volume di vapore: 20-30 g/min
- Capacità: 380cc.
- Piastra inox con asola salvabottoni a 88 fori

PREZZO € 52,90  
OFFERTA € 34,90  
PREZZO SOCI € **29,90**

**SCONTO 43%**



# MISSIONE RISPARMIO

## IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

### ENTRO L'8 GIUGNO 2023

### CONSEGNA DAL 17 AL 31 LUGLIO 2023



#### nr. 241 PULITORE A VAPORE AP30 GIRMI

- Potenza max 1050 W
- Pressione caldaia: 2.5 – 3.2 Bar
- Capacità: 350cc.
- Riscaldamento rapido: 3 - 4 min
- Volume di vapore: 30 g/min
- Temperatura: 135° C
- Accessori inclusi: spazzola con panno, beccuccio iniettore, tergivetri, spazzolina rotonda, prolunga flessibile con beccuccio, misurino, imbuto



PREZZO € 54,90  
OFFERTA € 36,90  
PREZZO SOCI € 32,90  
SCONTO 40%

#### nr. 242 IDROPULITRICE DIVE PLUS 135 LAVOR

- Pressione max. 135 bar
- Portata 420l/h
- Potenza 1900W
- Accessori inclusi: pistola con attacco rapido, tubo alta pressione 5m, lavapatio, spazzola fissa, ugello ultravariojet, ugello turbo, lancia schiuma, lancia attacco rapido



PREZZO € 189,00  
OFFERTA € 129,00  
PREZZO SOCI € 121,00  
SCONTO 35%

#### nr. 239 BATTIMATERASSI AP21 GIRMI

- Potenza: 300 W
- Potenza aspirante 10 kPa
- Capacità serbatoio 400ml
- Cuscinetti VibraWave: 3000 vibrazioni al minuto
- Lampada UV rimuove fino al 99% di batteri, acari e allergeni
- Doppio filtro (HEPA + metallo)
- Lunghezza cavo: 4.2 metri



PREZZO € 94,90  
OFFERTA € 66,90  
PREZZO SOCI € 59,90  
SCONTO 36%

#### AURICOLARI MUSIC SOUND

- Bluetooth Earphones auricolare con design a capsula per un suono bilanciato e un comfort ottimale
- Fino a 19 ore di playtime, per un ascolto ininterrotto della tua playlist preferita
- Auto pairing connection per associare in modo semplice gli auricolari al tuo dispositivo Bluetooth
- Comandi sugli auricolari per gestire la tua musica e le tue chiamate
- Case compatta e facilmente trasportabile per portarle gli auricolari wireless sempre con te
- Design trasparente con fantasie in 4 varianti e auricolari a capsula visibili

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



nr. 243  
STRISCE



nr. 244  
SIMBOLI



nr. 245  
VERNICE SPRAY



nr. 246  
ONDE



## TOVAGLIA CHLOE

- 100 % cotone



DISEGNO 01



DISEGNO 02



DISEGNO 03



DISEGNO 04

CM 140X180

CM 140X240

nr.  
**247**

nr.  
**248**

nr.  
**249**

nr.  
**250**

nr.  
**251**

nr.  
**252**

nr.  
**253**

nr.  
**254**

PREZZO € ~~15,90~~  
OFFERTA € ~~10,90~~  
PREZZO SOCI € **9,90**



SCONTO  
**37%**

PREZZO € ~~19,90~~  
OFFERTA € ~~13,90~~  
PREZZO SOCI € **12,90**



SCONTO  
**35%**

## COMPLETO LETTO COGAL

- Completo letto in puro cotone
- Balza a giorno
- Stampa digitale
- Produzione Italiana



DISEGNO 2273  
VARIANTE 937



DISEGNO 2272  
VARIANTE 080



DISEGNO 2270  
VARIANTE 988

### 1 PIAZZA

Misure:  
lenzuolo sopra cm 155x290  
sotto con angoli cm 90x200  
federa cm 50x80

nr.  
**214**

nr.  
**217**

nr.  
**220**

PREZZO € ~~65,90~~  
OFFERTA € ~~44,90~~  
PREZZO SOCI € **39,90**



SCONTO  
**39%**

### 1 PIAZZA E MEZZA

Misure:  
lenzuolo sopra cm 180x290  
sotto con angoli cm 120x200  
federa cm 50x80

nr.  
**215**

nr.  
**218**

nr.  
**221**

PREZZO € ~~76,90~~  
OFFERTA € ~~54,90~~  
PREZZO SOCI € **49,90**



SCONTO  
**35%**

### 2 PIAZZE

Misure:  
lenzuolo sopra cm 245x290  
sotto con angoli cm 180x200  
2 federe cm 50x80

nr.  
**216**

nr.  
**219**

nr.  
**222**

PREZZO € ~~93,90~~  
OFFERTA € ~~66,90~~  
PREZZO SOCI € **59,90**



SCONTO  
**36%**

# Colora la tua Colazione

**Pagnossin**  
Italia, 1919

TAZZA MUG  
DECORO GIALLO O BLU  
A SOLI  
**2,50€**

ZUCCHERIERA  
A SOLI  
**4,50€**

DAL 29 MAGGIO AL 24 GIUGNO 2023  
**OGNI 15€ DI SPESA** E MULTIPLI (SCONTRINO UNICO),  
AGGIUNGI UN CONTRIBUTO  
E RICEVI SUBITO UNA TAZZA O LA ZUCCHERIERA  
FIRMATE **PAGNOSSIN**.

**coop**  
Trentino

**FAMIGLIA**  
COOPERATIVA   
