



GENTE CHE COOPERA

È ARRIVATO IL MOMENTO DELLA FESTA ANNUALE

**DOMENICA 9 SETTEMBRE 2018
AREA MERCATO DI TREVIGLIO
(INGRESSO DA PIAZZA A. CAMERONI)**

Un'occasione in più per CFL per raccontare a Treviglio (e a tutta la bassa bergamasca) che CFL è un patrimonio nato e cresciuto in questo territorio, che qui ha le sue radici e la sua storia.

Quale momento migliore di una festa per far sperimentare lo stile del nostro stare insieme? All'insegna della sobrietà ("Consumare meno...") e della qualità ("...consumare meglio"), come quando facciamo la spesa, saremo noi i protagonisti di questa giornata.

Invitiamo chi potesse e volesse fare **volontariato per l'allestimento e per il servizio durante la festa** a segnalare fin d'ora la propria disponibilità presso l'Area soci.

Invitiamo i soci (ma non solo) a preparare **un dolce da mettere in condivisione**, nello spirito cooperativo e come occasione di conoscenza e scambio del "meglio" che sappiamo dare.

Lettera ai soci
della Cooperativa Famiglie Lavoratori
viale Piave, 43 • 24047 Treviglio BG
tel. 0363 46310 fax 0363 594635
www.cfttreviglio.it
e-mail: redazioneGCC@cfttreviglio.it



ANNO XLII n. 496 SETTEMBRE 2018

PROGRAMMA

- 11:00 • apertura degli stand di fornitori e associazioni del territorio
i **fornitori**: Podere Montizzolo, Birra La Bergamasca - Birrifico Sguaraunda, Panificio Testa Treviglio, Casearia Arnoldi Valtaleggio Formaggi, Azienda Agricola "L'orto che fa la differenza" s.s.
le **associazioni**: diversa..mente, Pianura Urbana, Nuvole in viaggio, Legambiente Bassa Bergamasca
• intrattenimento per bambini con gonfiabili
- 12:30 pranzo preparato con materie prime di qualità e del territorio, al prezzo conveniente che caratterizza CFL:
• panini con salamella
• verdure grigliate
• carne alla griglia
+ torte offerte da CFL e preparate dai volontari de "La Quercia di Mamre"
+ dolci preparati dai soci e messi in condivisione
- 14:30 • spettacolo per i bambini di ogni età con i burattini di Daniele Cortesi
• musica dal vivo
- 19:00 chiusura



NUOVA FACCIATA D'ARTISTA PER CFL

Orari di apertura

DA LUNEDÌ
A VENERDÌ
8:30-13:00;
15:30-19:30

SABATO
8:30-19:30
orario continuato

Per l'addebito in c/corrente
è indispensabile presentare
la tessera personale alle casse:
non dimenticarla a casa!

GENTE CHE COOPERA

ANNO XLII, N. 496, SETTEMBRE 2018

GRUPPO REDAZIONALE

Margherita Doneda
Rosanna Guaiana
Pietro Guzzetti
Martina Mangili
Graziella Somenzi
Vasco Speroni

PROGETTO GRAFICO

FReSco di Franco Sonzogni

CTP e STAMPA

Laboratorio Grafico, Pagazzano

TIRATURA

500 copie

Stampato su carta riciclata al 100%
per rispetto dell'ambiente

Il prossimo
numero uscirà
inizio ottobre 2018

LA REDAZIONE SI RIUNISCE

mercoledì 12 settembre
mercoledì 26 settembre
alle ore 21:00 presso la sede

Consegna degli articoli:
entro martedì 25 settembre

www.cfltreviglio.it

Tutti gli aggiornamenti di CFL
sono sul sito e su Facebook.

La prima tela prescelta per ospitare le opere di "Crisa" è la facciata della CFL (Cooperativa Famiglie Lavoratori) che lo vedrà all'opera dal 3 al 9 settembre 2018.

In occasione della festa annuale della CFL (Cooperativa Famiglie Lavoratori) il prossimo 9 settembre 2018 verrà inaugurata anche la nuova facciata dello stabile, una vera e propria opera d'arte che verrà realizzata da Federico "Crisa" Carta proprio nei giorni precedenti, in concomitanza con la nuova *tranche* dell'*Open Project* di *Street Art* e Muralismo "Pianura Urbana", che

negli scorsi mesi ci ha già regalato nuovi scorci artistici.

Il progetto rientra all'interno di una vera e propria "residenza d'artista" che porterà l'apprezzato e noto artista nella nostra città per la realizzazione di due opere in altrettanti punti della città.

info

www.pianuraurbana.it

www.crisa-studio.com



Intanto proseguono i lavori di rinnovo all'interno del punto vendita. Più spazioso, più luminoso, più efficiente dal punto di vista energetico.

Nel prossimo numero, al termine dei lavori, presenteremo con maggiori dettagli le opere eseguite.



CALENDARIO ADDEBITI DELLA SPESA IN CONTO CORRENTE

spesa di settembre	dal	01/09/2018	al	15/09/2018	valuta di addebito	30/09/2018
		16/09/2018		30/09/2018		06/10/2018
spesa di ottobre	dal	01/10/2018	al	15/10/2018	valuta di addebito	31/10/2018
		16/10/2018		31/10/2018		06/11/2018
spesa di novembre	dal	01/11/2018	al	15/11/2018	valuta di addebito	30/11/2018
		16/11/2018		30/11/2018		06/12/2018

SAVE THE CHILDREN: IN ITALIA VACANZE NEGATE PER UN BAMBINO SU DUE

Vacanze negate per oltre la metà dei bambini e degli adolescenti in Italia. Soprattutto per ragioni economiche: non ci sono abbastanza soldi per svago ed esperienze fuori casa. La rinuncia alla vacanza diventa quindi rinuncia ad attività ricreative, di divertimento e di crescita, alla possibilità di vivere nuove esperienze lontano da casa anche per breve tempo. Save the Children fa toccare con mano la realtà: in Italia povertà significa anche vacanze negate e riguarda più di un bambino su due.

Denuncia Save the Children: “Più della metà dei bambini e degli adolescenti, in Italia, non può fare una vacanza di almeno 4 giorni lontano da casa e oltre 3 ragazzi su 5 tra i 15 e i 17 anni di età, quasi il doppio rispetto al 2015, non possono permettersi, per motivi economici, periodi ricreativi e di svago neanche più brevi”.

Negli ultimi anni sono aumentate le disparità economiche che impediscono ai più piccoli di vivere opportunità di gioco, formative e ricreative durante l'estate, in molti casi trascorsa in città. “Nel 2017, infatti, oltre 5,7 milioni di bambini e ragazzi — più del 56% del totale — non hanno potuto trascorrere una vacanza di almeno 4 giorni, un dato percentuale costantemente cresciuto rispetto ai due anni precedenti e che ha subito un'impennata fortissima rispetto al 2008, quando i minori in questa condizione non superavano il 40%”, continua Save the Children. I motivi di carattere economico sono la causa principale che nel 2017 ha impedito a oltre il 61% degli adolescenti (15-17 anni) di andare in vacanza anche per periodi più brevi, un dato quasi raddoppiato rispetto al 2015 (35%).

“Un così alto numero di bambini e adolescenti che anche quest'anno non potranno trascorrere le vacanze estive per un breve periodo lontano da casa dimostra, ancora una volta, la forte correlazione che c'è tra le deprivazioni di carattere economico — che oggi in Italia riguardano più di 1,2 milioni di minori in povertà assoluta — e la perdita, per i ragazzi, di opportunità educative necessarie per il loro futuro — spiega Antonella Inverno, responsabile policy e area legale di Save the Children — Il tempo estivo dei bambini e dei ragazzi è un tempo fondamentale per la loro crescita e deve essere un tempo ricco di scoperte e di esperienze. È dunque quanto mai importante che le città si attrezzino per offrire ai ragazzi luoghi e spazi adeguati dove svolgere gratuitamente attività ricreative, sportive e culturali che altrimenti resterebbero loro precluse. È importante anche fare in modo che le scuole mettano a disposizione spazi per l'incontro e per attività culturali e ricreative”.

Fonte: helpconsumatori.it

ISTAT: A GIUGNO CALANO VENDITE AL DETTAGLIO, GIÙ ALIMENTARI

Agiugno calano le vendite al dettaglio. E a diminuire sono le vendite dei beni alimentari. I dati dell'ISTAT stimano che a giugno 2018 le vendite al dettaglio diminuiscano dello 0,2% in valore e dello 0,3% in volume rispetto al mese precedente. La flessione complessiva è dovuta al calo delle vendite dei beni alimentari (rispettivamente -0,9% in valore e -1,0% in volume), mentre sono in lieve crescita le vendite di beni non alimentari (+0,3% in valore e +0,2% in volume). L'indice rimane invece positivo su base annua (+1,5% in valore e +0,5% in volume).

Ad aumentare di più su base annua sono categorie quali Altri prodotti (gioiellerie, orologerie) a +5,1%, Elettrodomestici, radio, tv e registratori a +3,9% e Prodotti di profumeria, cura della persona a +2,9%. Tra i gruppi in flessione, i cali più intensi si registrano per Cartoleria, libri, giornali e riviste (-2,0%) e Prodotti farmaceutici (-1,6%). Sempre a livello tendenziale, prosegue l'ISTAT, il valore delle vendite al dettaglio registra una variazione positiva del 2,1% per la grande distribuzione, mentre le imprese operanti su piccole superfici registrano un calo dello 0,4%. I *discount* sono la componente più vivace del comparto, con un aumento del 4,9% su base annua, e confermano una dinamica già avviata nel 2017. Il commercio elettronico aumenta del 14,5%.

Secondo il Codacons le famiglie tagliano la spesa alimentare a causa del rialzo dei prezzi e del caro benzina. “I prezzi dei beni alimentari hanno subito un fortissimo aumento pari al +2,4% su base annua; a tale incremento dei listini le famiglie hanno reagito riducendo gli acquisti nel comparto alimentare”, dice il presidente Carlo Rienzi.

Per l'Unione Nazionale Consumatori si passa “di male in peggio”. Sostiene il presidente Massimiliano Dona: “I consumi scendono su base mensile ed il rialzo su base annua è troppo lieve ed è più che altro dovuto all'aumento dei prezzi, come dimostra il calo delle vendite alimentari, che in volume si abbassano dello 0,4 per cento, mentre incorporando l'inflazione si alzano dell'1,9%”.

“Se si confrontano i dati di oggi con quelli precisi del giugno 2007, le vendite totali sono inferiori del 4% — prosegue Dona. — Solo la grande distribuzione ha recuperato quanto perso durante la recessione, registrando un incremento del 6,6%: +10% per gli alimentari, -0,4% per i non alimentari. I piccoli negozi, invece, sono ancora ben lontani dall'aver compensato le perdite subite in questi anni difficili. Rispetto ad 11 anni fa, le vendite complessive sono ancora inferiori dell'13,5%, mentre quelle alimentari segnano addirittura un crollo del 20,9%, ossia hanno lasciato sul campo oltre un quinto delle vendite”.

Fonte: helpconsumatori.it



CONSUMO CONSAPEVOLE

QUOTE AZIONARIE

Dall'inizio del 2018
a fine agosto

54 nuovi soci iscritti

54 quote acquistate

Situazione

a fine agosto 2018

Obiettivo da raggiungere:
10.000 quote azionarie

Soci iscritti: 4.481

Quote azionarie: 7.385
pari ad un capitale sociale
di € 381.361,40

PRESTITO SOCIALE

Hanno aderito e sono attivi

103 soci

per un totale di €

621.809,99

Condizioni

A partire dal 1° luglio 2014
il tasso è pari al 2,5% lordo
(1,85% netto — per conversione
in legge del DL 91/2014
del 24.06.2014, che ha alzato
la ritenuta fiscale al 26%).

Versamento massimo
sottoscrivibile: € 10.000,00.



LO SFRUTTAMENTO E NOI, COMPLICI INCONSAPEVOLI

Sedici braccianti morti nel Foggiano in due giorni in altrettanti incidenti stradali. C'è voluta questa vergognosa doppia tragedia per riportare l'attenzione su quello che è un fenomeno ancora estremamente radicato nelle nostre campagne: lo sfruttamento della manodopera bracciantile. Una ferita figlia di un sistema distorto di cui, purtroppo, anche noi cittadini siamo complici, spesso inconsapevolmente.

Immagino infatti sia capitato a tutti di trovare, nella propria cassetta postale, "volantini" di ipermercati, supermercati e discount che pubblicizzano prodotti sottocosto, sconti imperdibili e altre meraviglie. A leggere determinati prezzi si rimane a bocca aperta, ma cosa c'è dietro tutto questo? Complice un articolo di Stefano Liberti e Fabio Ciconte uscito su Internazionale (lo riportiamo a lato, NdR), nei giorni scorsi si sono accesi i riflettori sul meccanismo delle aste a doppio ribasso, una pratica di acquisto ampiamente diffusa tra gli operatori della grande distribuzione organizzata (GDO) che mette in difficoltà, con un effetto domino che coinvolge tutti gli attori, l'intera filiera agroalimentare.

Il pomodoro e i suoi derivati sono un caso emblematico di questo sistema: in sostanza, attraverso due aste consecutive, i fornitori sono forzati a fissare prezzi sottocosto per i loro prodotti al solo scopo di "restare nel giro" e di non perdere il posizionamento in scaffale.

Un meccanismo che ovviamente poi obbliga questi stessi fornitori a rifarsi sui produttori, e quest'ultimi sui lavoratori salariati, in un circolo vizioso che puzza dalla testa e che spesso si traduce proprio in fenomeni come quello del caporalato e dello sfruttamento nei campi che oggi, dopo le tragedie di Foggia, piangiamo.

In un pallido tentativo di giustificazione, dai rappresentanti della GDO è emerso il solito mantra dell'impotenza di fronte alla "cattiveria del mercato a cui purtroppo bisogna adeguarsi", come in sostanza recita il comunicato rilasciato da Eurospin (nota catena italiana di *discount*) in risposta alle polemiche.

In sintesi il mercato, che non si capisce da chi dovrebbe essere guidato e che ci viene narrato come disinteressato e imparziale, è il sovrano che detta un'unica legge: essere debole coi forti e forte coi deboli per scaricare sempre più in basso le esternalità negative di un sistema che non funziona e che fa gli interessi di pochi a svantaggio di molti.

La ragione profonda alla base di tutto questo è chiara: il cibo è diventato pura *commodity* soggetta a una spregiudicata economia di scala che ha come fine ultimo solo ed unicamente l'abbattimento dei prezzi. "Lo vuole il consumatore!", si dice. E allora la filiera del pomodoro non è l'unica

a essere interessata dal fenomeno, ma si potrebbe parlare di quella del latte, dell'olio e persino del vino da tavola o di alcuni formaggi, inclusi eccellenze come il Parmigiano Reggiano.

Il problema è che dietro a un barattolo di passata o di pelati a € 0,80 al litro c'è un sistema produttivo che non può stare in piedi e che soprattutto non può dare qualità, né alimentare né sociale.

Chi ci perde, oggi, sono infatti sia i consumatori che i produttori. I primi perché, dietro l'illusione della convenienza, si vedono propinati prodotti che per forza di cose non possono avere *standard* qualitativi alti o nascondono situazioni umane non tollerabili per uno Stato che si dice civile. I secondi perché sono schiacciati da un meccanismo perverso che li impoverisce e li pone in costante competizione al ribasso alimentando una sanguinosa guerra tra poveri.

Senza dimenticare poi, oltre al già citato altissimo rischio di sfruttamento dei lavoratori, anche i danni agli ecosistemi che un'agricoltura totalmente improntata alla quantità e all'abbattimento dei costi provoca.

Per questo serve una nuova visione da parte dei cittadini, non possiamo più accettare di essere abbindolati da prezzi che sono bassi solo nominalmente perché generano danno (e costi nascosti) a tutto il sistema economico e agricolo. Dobbiamo richiedere prezzi giusti a fronte di una buona qualità, dobbiamo provare radicalmente a incidere su filiere che penalizzano gli ultimi e l'ambiente.

Il consumatore deve essere in grado di scegliere e tale libertà implica conoscenza e informazione. Tenendo ben presente, poi, che anche le politiche agricole sono decisive per delineare il sistema che vogliamo. A questo proposito in Commissione Europea è stata da poco presentata una proposta di direttiva sulle pratiche commerciali sleali che mira a proteggere proprio quei piccoli che ad oggi rischiano più spesso di venire schiacciati.

Se approvata, verrebbero finalmente introdotte regole più chiare per contrastare i metodi sleali come le aste al doppio ribasso e meccanismi di tutela per tutti gli stadi della filiera, riducendo lo strapotere dei colossi della distribuzione. L'augurio è che i governi si facciano rapidamente carico di trasformare in realtà questa proposta.

La strada da percorrere è lunga e complessa, ma dobbiamo avere chiaro dove vogliamo arrivare: salvaguardia della salute del consumatore e dei lavoratori della filiera, remunerazione giusta del produttore, tutela dell'ambiente e cibo di qualità per tutti sono il nostro faro.

Carlo Petrini

GLI INDIRIZZI E-MAIL DI CFL

AREA AMMINISTRATIVA

amministrazione@cfltreviglio.it

AREA COMMERCIALE

areacommerciale@cfltreviglio.it

acquisti@cfltreviglio.it

magazzino@cfltreviglio.it

AREA SOCIALE

areasociale@cfltreviglio.it

redazionegcc@cfltreviglio.it

segreteria sociale@cfltreviglio.it

CONSIGLIO DI AMMINISTRAZIONE

presidente@cfltreviglio.it

RECLAMI E SEGNALAZIONI

I soci possono inoltrare reclami e segnalazioni all'indirizzo e-mail:

areasociale@cfltreviglio.it

I DISCOUNT METTONO ALL'ASTA L'AGRICOLTURA ITALIANA



L'offerta è di quelle irrinunciabili: una bottiglia di passata di pomodoro a 0,39 euro, un litro di latte a 0,59, un barattolo da 370 grammi di confettura extra a 0,79, un pacco di pasta trafilata al bronzo a 0,49. Diffuso a tappeto nelle cassette delle lettere e su Internet, il volantino promuove i saldi sul cibo per attrarre una clientela sempre più vasta. A firmarlo è il gruppo Eurospin, quello della "spesa intelligente", *discount* italiano con una rete di oltre mille punti vendita in tutta la penisola e vertiginose crescite di fatturato annuali a due cifre.

Facendo un rapido calcolo, è possibile preparare una pasta al pomodoro per quattro persone spendendo quanto un caffè al bar. Ma come fa il gruppo veronese a proporre prezzi così stracciati? Dietro le offerte al consumatore, c'è un meccanismo perverso che finisce per schiacciare intere filiere e che ha conseguenze sulle dinamiche di produzione e sui rapporti di lavoro nelle campagne: l'asta elettronica al doppio ribasso.

Questa pratica commerciale, che somiglia più al gioco d'azzardo che a una transazione tra aziende, è sempre più diffusa nel settore della Grande distribuzione organizzata (GDO), soprattutto tra i gruppi *discount*.

COME FUNZIONA UN'ASTA ONLINE AL DOPPIO RIBASSO

Il meccanismo di base è lo stesso di un'asta: da una parte c'è la GDO, che deve acquistare la merce, dall'altra le aziende fornitrici che fanno l'offerta. Con un'unica, non trascurabile, variante: vince il prezzo peggiore, non il migliore.

È successo poche settimane fa, quando Eurospin ha chiesto alle

aziende del pomodoro di presentare un'offerta di vendita per una partita di 20 milioni di bottiglie di passata da 700 grammi. Una volta raccolte le proposte, ha indetto una seconda gara, usando come base di partenza l'offerta più bassa.

Alcuni si sono ritirati già dopo la prima asta. "Non ci stiamo dentro con i costi", ha detto con fare sconcolato uno di loro, che ha chiesto di rimanere anonimo. Gli altri sono stati invitati a fare una nuova offerta, sempre al ribasso, su un sito internet. Si sono quindi trovati a dover proporre in pochi minuti ulteriori tagli al prezzo base, in modo da aggiudicarsi la partita.

Alla fine di questa gara online, la commessa è stata vinta da due grandi gruppi per un prezzo pari a 31,5 centesimi per bottiglia di passata. Altre tre aziende hanno invece vinto un'altra commessa per una fornitura di pelati da 400 grammi grazie a un'offerta di 21,5 centesimi per bottiglia.

"Se teniamo conto solo della materia prima, della bottiglia e del tappo, per la passata arriviamo a un costo di 32 centesimi", dice un industriale del pomodoro, che preferisce non rivelare il nome. "Se poi aggiungi il costo dell'energia e del lavoro, allora ci perdi, e anche tanto". Eppure, pur di aggiudicarsi la commessa e stare sul mercato, molti sono disposti a lavorare in perdita, sperando poi di rifarsi successivamente risparmiando su altre voci di fatturato, come per esempio il costo della materia prima.

"IL VERO CAPORALE"

"Quando gli industriali partecipano a queste aste, l'unico modo che hanno per non lavorare in perdita è rifarsi su noi

produttori agricoli, pagandoci il meno possibile la materia prima" racconta Marco Nicastro, imprenditore agricolo e presidente dell'organizzazione di produttori Mediterraneo. "Altro che sfruttamento nei campi da parte nostra, è la GDO il vero caporale!".

In una specie di effetto a cascata, ogni attore della filiera finisce per rivalersi su quello più debole. "Alla fine ci rimettono i lavoratori, perché sono gli ultimi anelli della catena", denuncia Giovanni Mininni, segretario nazionale della Flai-Cgil. "Non si può pensare di eliminare il fenomeno dello sfruttamento del lavoro in agricoltura e del caporalato se non si interviene su tutta la filiera, perché la Gdo abbassa il prezzo a livelli quasi insostenibili per chi produce".

Secondo uno studio dell'Associazione industrie beni di consumo, nei gruppi *discount* la pratica dell'asta incide per circa il 50 per cento delle forniture. "Il problema di queste aste online", dice Giovanni De Angelis, direttore dell'Associazione nazionale delle industrie conserviere alimentari vegetali (Anicav), "è che non riguardano solo il gruppo che le lancia e coloro che accettano i prezzi ribassati. Il prezzo con cui si vince l'asta diventa un riferimento per tutte le altre insegne della Gdo".

LE LEGGI E I PROTOCOLLI

Una legge francese del 2005 ha regolamentato le aste elettroniche fissando limiti così numerosi da renderle non vantaggiose. Nel giugno 2017, anche il Governo italiano è intervenuto nella stessa direzione. Il Ministero delle politiche agricole, alimentari e forestali ha stilato un protocollo per promuovere pratiche commerciali leali lungo

l'intera filiera agroalimentare. In particolare, si chiedeva alla GDO di impegnarsi "a non fare più ricorso alle aste elettroniche inverse al doppio ribasso per l'acquisto di prodotti agricoli e agroalimentari".

Pur se non vincolante, il documento è stato firmato dal gruppo Conad e da Federdistribuzione, a cui sono associate diverse insegne di supermercati. Eurospin non ha aderito.

Dietro le aste online e le altre azioni vessatorie messe in atto dai gruppi della Gdo nei confronti dei fornitori, c'è un'idea di *marketing* che ha trasformato il cibo in un bene a basso costo, con i supermercati impegnati in promozioni continue per accaparrarsi una clientela interessata solo a spendere meno. Un'idea che ha conseguenze sui produttori, spinti a produrre in quantità sempre maggiori e a costi sempre minori, risparmiando il più possibile sul lavoro dei braccianti.

"Oltre a far soffrire gli operatori agricoli, le aste *on line*, il sottocosto e il 3x2 danneggiano gli stessi consumatori. Siamo sicuri che il prezzo più basso vada veramente a suo beneficio? Per vendere a quei prezzi, alla fine bisogna abbassare i costi di produzione e quindi la qualità", conclude De Castro.

Il non detto del volantino che propone il sugo a 39 centesimi per "una spesa intelligente" è proprio questo: dietro a quei prezzi, ci potrebbero essere sfruttamento nei campi e riduzione al minimo degli *standard* qualitativi.

Stefano Liberti
Fabio Ciconte

L'articolo completo su:
internazionale.it, 25 luglio 2018



TERZA UNIVERSITÀ

TU – TERZA UNIVERSITÀ TREVIGLIO

L'IMMAGINAZIONE FILOSOFICA E LO SPECCHIO DEL SENSO COMUNE

Lezioni di filosofia e cinema

- **Docente:** Gianmario Casarotti
- **Giorno:** Giovedì
- **Orario:** 15:00–17:15
- **Periodo:** Dal 13.09 all'8.11.2018 (8 incontri)
- **Sede:** Aula Melograno (ex Canossiane, via Carcano)
- **Costo:** € 28 + tessera TU € 10 (gratuita per iscritti CGIL e AUSER)
- **Presentazione:** Il percorso proposto ha lo scopo di seguire alcuni sentieri della quotidianità attraverso due forme di immaginazione, quella filosofica e quella cinematografica, recuperando immagini nascoste del nostro pensiero e della nostra vita che sarà interessante condividere, accostando un metodo di analisi utile nella discussione argomentata dei problemi che popolano i nostri giorni.
- **Iscrizioni e informazioni:** SPI CGIL, via C. Battisti 43/b, tel. 035 3594450, martedì e giovedì ore 10:00–12:00.

I CASTELLI DA MALPAGA A SONCINO

Una conferenza di Luigi Minuti

LUNEDÌ 17 SETTEMBRE 2018, ORE 17:00

sede AUSER in largo Lamarmora, 2 – Treviglio

La partecipazione è aperta a tutti

“TERRA MADRE” SALONE DEL GUSTO E PINACOTECA “GIANNI E MARELLA AGNELLI”

VENERDÌ 21 SETTEMBRE 2018

ore 7:20 circa partenza da largo Lamarmora, 2 (sede AUSER), Treviglio

ore 10:30 arrivo al Lingotto, visita libera al Salone del Gusto (<https://salonedelgusto.com>)

ore 15:00 Dopo il pranzo (libero), visita guidata alla Pinacoteca “Giovanni e Marella Agnelli” al Lingotto (facoltativa). Al termine, rientro in pullman.

Quota di partecipazione: Fino a 40 partecipanti € 40,00. Al superamento di 40 partecipanti è prevista la riduzione della quota: € 35,00.

A coloro che non parteciperanno alla visita guidata alla Pinacoteca Agnelli saranno rimborsati € 7,00.

Informazioni e iscrizioni (entro il 10 settembre) c/o Slow Food Bassa Bergamasca: Barbara Schiavino (bschiavino@me.com – cell. 338 3221523).

LEGAMBIENTE BASSA BERGAMASCA

I PROSSIMI EVENTI ORGANIZZATI DAL CIRCOLO

PASSEGGIATA STORICO–NATURALISTICA A CASTEL CERRETO E BOSCO DEL CASTAGNO

SABATO 1 SETTEMBRE ORE 18:00

Visto l'elevato numero di adesioni alla scorsa edizione della “Passeggiata storico–naturalistica a Castel Cerreto e Bosco del Castagno”, si è pensato di replicare l'evento per il giorno **sabato 1° settembre alle ore 18:00 in piazza don Boffi a Castel Cerreto.**

Prima tappa della passeggiata sarà la ghiacciaia medioevale, da qui ci sposteremo alla grotta di Lourdes. Attraverso il Bosco del Castagno, giungeremo agli spartitori sulla roggia Moschetta, mentre l'ultima tappa della passeggiata sarà la visita alla “vecchia Paulonia”.

La serata si concluderà con una cena in compagnia (costo € 10,00) alla Trattoria Pilenga nella piazzetta del Cerreto.

Ai partecipanti non tesserati a Legambiente verrà chiesto un piccolo contributo per le spese organizzative di € 2,00.

Le adesioni dovranno pervenire entro e non oltre mercoledì 29 agosto al seguente indirizzo: stefano.cerea@comune.treviglio.bg.it, cell. 348 7112 755.

34ª EDIZIONE DELLA BICICLETTATA AVIS A TREVIGLIO

DOMENICA 2 SETTEMBRE ORE 8:30

Il nostro circolo, insieme alle altre due associazioni (ARIBI e Team GEROBIKE) con le quali collaboriamo sul tema della mobilità ciclistica, ha contribuito alla realizzazione di questa tradizionale pedalata, di circa 20 km, nei dintorni di Treviglio.

Ritrovo ore 8:30 in piazza Cameroni (cortile interno mercato) a Treviglio. Passeremo, percorrendo strade “lisce” (no strade di campagna), per Vidalengo, Pagazzano, Brignano (con sosta “ristoratrice” alla chiesa della Madonna dei Campi), Castel Rozzone, fraz. Battaglie, arrivo a Treviglio (piazza Cameroni) verso le 12:00.

Vittorio Scaravaggi
Circolo Legambiente Bassa Bergamasca

info: legambiente.bassabergamasca@gmail.com

Il Centro di ascolto Caritas Conventino

chiede aiuto ai soci della CFL per far fronte alle crescenti richieste di aiuto provenienti dalle famiglie della Parrocchia.

Se desiderate dare il vostro contributo, è possibile depositare viveri non deperibili (pasta, riso, scatolame, latte in polvere...) nel contenitore blu oltre la barriera casse. Grazie in anticipo!

INIZIATIVE DI RACCOLTA PER IL RECUPERO

SUGHERO

All'uscita del punto vendita di CFL si raccolgono **tappi di sughero** per la realizzazione dei progetti di sostegno dell'Associazione Italiana Persone Down.

TAPPI DI PLASTICA

All'uscita del punto vendita di CFL si raccolgono anche **tappi di plastica**, che sono riciclabili.

NOI E IL CONDOMINIO

Un consulente della CFL è a disposizione dei soci che necessitano di chiarimenti sui problemi di condominio.

La consulenza è gratuita.

Prendere appuntamento telefonando al 340 3402 296.

IL FICO, UN FRUTTO DALLE MILLE VIRTÙ



CUCINA DI STAGIONE

Un frutto tipico dell'estate e del mese di settembre è il fico, di cui esistono tantissime varietà, diverse per forme e colori. Questi frutti, particolarmente dolci al palato, sono ricchi di proprietà nutrizionali e possono essere consumati sia freschi, quando è stagione, che secchi nel resto dell'anno.

I fichi freschi forniscono al nostro organismo circa **50 calorie ogni 100 grammi**, tanto quanto altri frutti freschi. I fichi secchi invece (avendo perso acqua) apportano 249 calorie ogni 100 grammi.

I fichi sono **ricchissimi di fibre** e sono consigliati a chi soffre di stitichezza o ha problemi intestinali e sono davvero efficaci, soprattutto a stomaco vuoto.

Ricchi di zuccheri, vitamine e sali minerali, i fichi possono essere una **buona fonte di energia** subito spendibile e 100% naturale, da consumare ogni volta che si ha bisogno di un po' di *sprint* in più.

I fichi sono ricchi di calcio e di altri minerali, per questo un consumo regolare, associato ad una sana alimentazione e a un po' di attività fisica, assicura una **buona salute delle ossa** e dei denti.

Ricchi di polifenoli, antiossidanti naturali, i fichi contribuiscono a **mantenere giovani le cellule del nostro corpo** e aiutano a prevenire diversi tipi di tumori, sempre se associati ad un'alimentazione equilibrata e a uno stile di vita sano.

Le diete ad alto contenuto di sodio possono portare a sviluppare ipertensione, al contrario cibi, come i fichi, che combinano insieme potassio, calcio e magnesio e sono invece poveri di sodio possono contribuire a **prevenire la pressione alta**.

I fichi hanno anche **potere antinfiammatorio**: consumarli o applicarli sulla pelle può aiutare a risolvere problemi come l'acne. L'effetto lassativo può aiutare il corpo a smaltire le tossine, possibile motivo di comparsa di alcuni problemi della pelle.

Le vitamine, i minerali e gli antiossidanti contenuti nei fichi **aiutano il sistema immunitario** a svolgere le sue funzioni e quindi a proteggere meglio il nostro organismo dagli agenti esterni.

I fichi contengono prebiotici, ovvero le sostanze di cui si nutrono i batteri buoni che normalmente vivono nel nostro intestino. Quando la flora batterica è equilibrata ne beneficia non solo la nostra **digestione** ma tutto il nostro corpo.

Anche se sono zuccherini, la presenza nei fichi di sali minerali come potassio e magnesio contribuisce a **tenere sotto controllo la glicemia**. Ma sarebbero in particolare le foglie di questi frutti che, secondo uno studio, sarebbero in grado di controllare la glicemia alta dopo i pasti.

A cura di Franco Sonzogni



TIRAMISU AI FICHI

Ingredienti (per 4 persone)

- 8 fichi
- 250 g di mascarpone
- 2 cucchiaini di mandorle
- 1 cucchiaino di grappa
- 4 savoiardi
- 2 albumi
- 2 cucchiaini di vino passito
- Miele di tiglio q.b.

Preparazione Tagliare i fichi in quattro spicchi e porli in una casseruola. In una ciotola amalgamare un cucchiaino di miele, il vino passito e due cucchiaini di acqua.

Versare il composto sui fichi e cuocere per 5 minuti a pentola coperta.

Lavorare il mascarpone con un cucchiaino di miele e la grappa. Montare a neve gli albumi ed aggiungerli delicatamente al mascarpone in modo da ottenere una crema morbida e soffice.

Tostare le mandorle.

Togliere i fichi dalla casseruola e utilizzare lo sciroppo per inzuppare i savoiardi che saranno poi distribuiti nelle quattro coppette, alternati con mascarpone e fichi. L'ultimo strato dovrà essere di mascarpone, che sarà decorato con le mandorle tostate.

In CFL trovate
**prodotti
senza
glutine**
adatti a celiaci
e intolleranti





TITOLI VECCHI E NUOVI SCELTI PER TE

Henry David Thoreau
WALDEN
Vita nel bosco

Universale economica Feltrinelli, collana
"I classici", 2017, pag. 330
€ 11,00 (al socio € 9,35)

L'autore, nato a Concord, nel Massachusetts, in cui trascorre l'intera esistenza (1817-62), è considerato uno degli esponenti del cosiddetto «rinascimento americano». Nel 1845 si stabilisce sulle rive del vicino lago di Walden, dove si costruisce da solo una casa nel bosco in cui vivrà completamente solo per due anni e due mesi, fra il luglio del 1845 e il settembre del 1847, prima di tornare alla "civiltà": di questa esperienza *Walden* è resoconto e contemporaneamente riflessione su un sistema sociale, quello americano, che l'autore guarda in modo estremamente critico, sia per quanto riguarda l'economia, che la politica e la democrazia, di una nazione che in quegli anni si stava formando come potenza.

Pubblicato nel 1854 (*Walden or the life in the woods*), è considerato bibbia dell'anti-conformismo, del rifiuto delle leggi ingiuste e di una vita sobria e immersa nella Natura, ma rappresenta anche una lucida autoanalisi della propria esistenza (che troviamo anche negli scritti del *Diario* (*The journal*, 14 volumi, tenuto dall'età di venti anni fin quasi alla fine della vita e pubblicato postumo); insieme a ciò, l'autore si sofferma in modo attento sulla descrizione della vita quotidiana e dei fenomeni naturali che l'accompagnano: i suoni, i silenzi, la pioggia, il fuoco, le orme lasciate sulla neve dagli scoiattoli o dagli Indiani, paesaggi reali e immaginari. L'osservazione condotta dal punto di vista del microcosmo di Walden gli permette di comprendere il disagio esistenziale nascente all'interno della borghesia americana, con la conseguente intuizione dell'assurdità di un sistema economico che favoriva un'ineguale distribuzione della ricchezza tra le classi, portandolo verso forme di ribellione e di lotta sempre intraprese all'interno di un radicale individualismo.

Thoreau è l'autore cui si ispireranno Gandhi e le controculture contemporanee, e da cui oltre un secolo dopo prenderanno le mosse i movimenti ecologisti e ambientalisti di mezzo mondo.

L'introduzione è di Wu Ming 2.

Franco Michieli
LA VOCAZIONE DI PERDERSI
Piccolo saggio su come le vie
trovano i viandanti

Ediciclo, collana "Piccola filosofia di
viaggio", 2015, pag. 96
€ 8,50 (al socio € 7,23)

Franco Michieli (Milano 1962) è geografo, esploratore e scrittore. Vive sulle Alpi ed è protagonista di una trentina di lunghe traversate a piedi di catene montuose e terre selvagge, dalle tundre nordiche alla Lapponia. Studioso delle relazioni fra esseri viventi e territori, ha imparato a muoversi su terreni sconosciuti interpretando la natura, senza utilizzare mappe e strumenti tecnologici, come gli animali migratori e gli umani antichi, elaborando una filosofia dell'andare in montagna basata sul non utilizzo di strumenti come mappe, bussole, GPS, orologi, con la finalità di ritrovare una capacità interiore di orientamento, fatta di intuizioni e di capacità di lettura del paesaggio, del sole, delle stelle, ecc. Se ci appoggiamo sempre a mappe e strumenti elettronici, non guardiamo con attenzione la realtà, non sappiamo osservare il paesaggio e perdiamo la capacità di orientarci. Qui Michieli ci

racconta come perdersi e imboccare una strada imprevista sia un buon modo per rinnovarsi; infatti tutto cambia se si impara a leggere la natura: non solo si recupera le capacità di orientamento, ma anche la dimensione spirituale che nasce da questa straordinaria esperienza. In una società come la nostra, che ci ha trasmesso la paura di perderci e ci riempie di strumenti per evitare anche il minimo spaesamento, Franco Michieli ci insegna che in cammino come nella vita perdersi è l'unico modo vero per crescere, per imparare, perché la natura non addomesticata, come la vita piena di imprevisti, sono la strada che i viandanti devono percorrere.

Katia Centomo
LA STRADA PER PONT GUN

Einaudi ragazzi, 2017, pag. 278, illustrato
€ 14,90 (al socio € 12,67)

Anna, Daniel e Frederic sono tre impavidi tredicenni uniti da un'amicizia inossidabile dalla passione per l'Avventura senza Paura, protagonisti fin da piccoli di gesta memorabili, che vogliono arrivare a Pont Gun, un villaggio sul monte abbandonato e senza vie di accesso: si trova sul versante opposto della valle alpina in cui sono cresciuti, ma nessuna mappa riporta sentieri o tracciati in grado di raggiungerlo. È un itinerario su sentieri di montagna, sulle tracce di una strada dimenticata, che si snoda attraverso le gole selvagge di un torrente sepolto in un dedalo di granito e storie dimenticate; ma è anche un percorso misterioso che li porterà a esplorare i fantasmi che si portano dentro, come quello del quarto componente del gruppo di cui nessuno vuole parlare, e le ombre che li aspettano fuori: chi è la strana donna, vissuta a Pont Gun cento anni prima, che li attende alla fine del viaggio? Katja Centomo (Aosta 1971) vive tra Roma e la Valle d'Aosta ed è alla guida dello studio editoriale Red Whale, che da sedici anni cura contenuti e servizi nel settore del fumetto, dell'animazione e della narrativa per ragazzi, utilizzando mezzi diversi della comunicazione per raccontare storie, creare personaggi e universi narrativi.

Letture indicata dagli 11 a 15 anni

**ACQUISTA
I TUOI LIBRI
IN CFL:
CONVIENE!**

libri
di testo

-15%

vocabolari
e atlanti

-15%

narrativa,
saggi, varia

-15%

Ordina i tuoi libri
comodamente da casa
su libri.cfltvigilio.it

A cura di Graziella Somenzi