

ASSEMBLEA SAIT DEL 21 GIUGNO

della Cooperativa Famiglie Lavoratori viale Piave, 43 • 24047 Treviglio BG tel. 0363 41234 – 0363 46310 fax 0363 594635 • www.cfltreviglio.it e-mail: redazioneGCC@cfltreviglio.it



ANNO XLIII n. 506 LUGLIO 2019

Penedì 21 giugno 2019 presso il Centro congressi Interbrennero a Trento in via Innsbruck, 15 a poche centinaia di metri dalla sede SAIT, si è svolta l'assemblea ordinaria di SAIT, consorzio delle cooperative di consumo trentine, del quale, nonostante la denominazione, fanno parte anche 16 cooperative che operano fuori da quel territorio, lombarde e venete, tra le quali anche la nostra CFL.

Quest'anno l'assemblea ha avuto un'importanza diversa perché all'ordine del giorno, oltre all'approvazione del bilancio dell'esercizio 2018, vi era, tra le altre, l'elezione del nuovo presidente ed il rinnovo di parte del Consiglio di amministrazione.

Partiamo dal bilancio 2018. È stato un bilancio in utile, molto soddisfacente, ma soprattutto è stata definitivamente superata quella fase economica incerta iniziata nel 2010 a seguito della costruzione della nuova sede. Gli impegni economici assunti a suo tempo, circa 100 milioni di euro, erano quasi tutti a breve, soprattutto fidi e questa situazione teneva il consorzio in scacco delle banche, che poi con l'arrivo della crisi economica erano diventate restie a prestare soldi.

Nel 2011 si è messa una pezza allungando da tre mesi a due anni il preavviso da parte dei soci per le dimissioni del consorzio. Nel 2015, con un bilancio in forte perdita, circa 11 milioni, si sono rimessi in linea i valori degli immobili che fino ad allora

erano sovrastimati.

Lettera ai soci

Ma il passo più importante è stato compiuto nel 2017 con l'arrivo del nuovo direttore Luca Picciarelli, che con il principio che "essere cooperatori non significa essere inefficienti, perché alla fine i costi li pagano ancora i soci", si è ristrutturata l'organizzazione del consorzio, compreso purtroppo l'esubero di 79 dipendenti.

Per fortuna la riorganizzazione ha dato i risultati sperati e il bilancio 2018 ne è la conferma.

All'assemblea sono intervenuti diversi personaggi della cooperazione, anche per dare il saluto a Renato Dal Palù, che dopo nove anni di presidenza non poteva più ripresentarsi.

Tra gli intervenuti anche **Marco Pedroni**, presidente nazionale di COOP ITALIA, che nel suo intervento molto chiaramente, ha annunciato il cambio di rotta della politica di vendita di Coop Italia. Riassumendo ha detto che una buona spesa può cambiare il mondo e che la buona spesa bisogna tornare a farla nelle città ed in negozi di dimensioni da 500 a 1000 mq e non più sulle tangenziali e nei grandi Iper. Meglio tardi che mai. Noi questo principio l'abbiamo sempre sostenuto.

Altra novità molto importante di questa assemblea è stato il rinnovo della carica di presidente. Per la prima volta nella storia di SAIT,



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!

alla carica di presidente non c'era un solo candidato proposto dal Consiglio di amministrazione uscente, ma anche un altro candidato che, in base al regolamento esistente, ha potuto candidarsi appoggiato da un attestato di sostegno firmato da 15 presidenti di 15 cooperative aderenti al Consorzio.

Il risultato delle elezioni è stato comunque a favore di Roberto Simoni, candidato espresso dal CdA uscente con 221 voti, ma Sandro Bella ha comunque raccolto 110 voti.

Da quest'anno, anche questa è una novità importante, nel CdA di SAIT è stato riservato un posto alle 16 cooperative che loro chiamano "fuori regione", le lombarde e le venete. Con un accordo

preso in una riunione comprensoriale del 6 giugno, è stato presentato come candidato il nostro presidente Angelo Jamoletti. All'assemblea del 21 ha ricevuto i voti delle cooperative fuori regione ed è entrato a far parte del CdA SAIT.

In questo momento di cambiamenti continui e importanti è indispensabile essere presenti dove si prendono le decisioni.

Cogliamo l'occasione per porgere al nostro presidente gli auguri di buon lavoro per questo nuovo incarico.

Elena Rossoni

GENTE CHE COOPERA

ANNO XLIII. N. 506. LUGLIO 2019

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 sarà pubblicato ad inizio agosto 2019

Consegna degli articoli: entro martedì 24 luglio.

Tutti gli aggiornamenti di CFL

www.cfltreviglio.it anche su Facebook

IN CFL LA "CAMPAGNA LIBRI" **NON FINISCE MAI**

n CFL i libri, scolastici e non, sono disponibili tutto l'anno, senza interruzione ma, con l'inizio delle vacanze scolastiche, riprende a pieno ritmo l'attività di prenotazione e consegna dei testi scolastici:

- rivolgendosi ai volontari presso l'Area soci per compilare l'apposita scheda di ordinazione, alla quale va allegato l'elenco delle adozioni;
- sul sito libri.cfltreviglio.it;

alle condizioni di seguito specificate:

- libri delle vacanze sconto 15% sul prezzo di copertina:
- libri di testo per le scuole medie, superiori e università:
 - sconto 15% + 5% (erogato interamente in buono spesa da utilizzare in CFL) per i soci in possesso di tessera, che va esibita all'atto della prenotazione;
 - sconto15% in buono spesa per i non soci;
 - sconto 10% per chi paga con buoni "Dote scuola", corrisposto in un buono spesa da utilizzare entro fine anno.

Per l'acquisto di libri per le scuole elementari, presentare la cedola libraria (non sarà applicato nessuno sconto).

LIBRI SCOLASTICI "USATO GARANTITO"

CFL dà la possibilità di acquistare, se lo si desidera, testi scolastici usati. Il sistema ricerca per un periodo stabilito nel catalogo dell'usato, girando automaticamente la richiesta sui libri nuovi in caso non siano reperibili i testi richiesti. Chi acquista ha la certezza di un "usato garantito" e di ricevere comunque testi nuovi in tempo utile nel caso in cui non si reperiscano le copie di seconda mano.

Il libro usato è venduto con lo sconto del 40% sul prezzo di copertina del 2018.

RITIRO DI LIBRI SCOLASTICI USATI

Tutti possono vendere i propri libri scolastici usati a CFL. I libri devono essere in buono stato, completi in tutte le loro parti, non sottolineati a penna o pennarello, completi degli eventuali inserti ed essere inseriti in un'apposita lista di libri autorizzati per il ritiro.

I libri accettati saranno pagati con buono spesa pari al 30% del prezzo del 2018.

Facciamo appello perché questa informazione sia diffusa: più libri usati ritiriamo, maggiore è la probabilità che i nostri soci possano trovare ottimi libri di testo usati ad un prezzo conveniente.

DOPPIA QUALITÀ CIBO, EUROPA: "NON SARANNO AMMESSI DOPPI STANDARD"

CONSUMO CONSAPEVOLE

L'al Food Quality, doppia qualità dei cibi: hanno una composizione diversa ma il marchio è uguale (o simile). La pratica è sotto i riflettori della Commissione europea, che ha pubblicato oggi uno studio per valutare le differenze di composizione dei prodotti alimentari nell'Unione europea. Quasi un terzo dei prodotti analizzati presenta qualche differenza di composizione ma con un marchio identico o simile, mentre il 9% dei prodotti alimentari presentati come identici nei diversi Paesi europei era, in realtà, diverso.

"Nel mercato unico europeo non saranno ammessi doppi standard — ha detto la Commissaria per la giustizia e i consumatori Vera Jourová. — Con le nuove norme che penalizzano le differenze di qualità e rafforzano i poteri delle autorità di tutela dei consumatori abbiamo gli strumenti necessari per porre fine a questa pratica. I consumatori europei saranno in grado di fare acquisti in piena fiducia, certi di acquistare il prodotto che vedono."

Il fenomeno della differenza di qualità dei prodotti alimentari è dunque al centro dello studio, condotto dal Centro comune di ricerca (JRC, il servizio interno della Commissione europea per la scienza e la conoscenza) su quasi 1.400 prodotti alimentari in 19 Paesi dell'UE: è risultato che il 9% dei prodotti messi a confronto differiva per composizione sebbene la parte anteriore della confezione fosse identica, spiega Bruxelles, mentre per un altro 22% dei prodotti, per i quali sono state rilevate differenze di composizione, la parte anteriore della confezione era simile.

Commenta Tibor Navracsics, Commissario per l'Istruzione e la cultura e responsabile per il Centro comune di ricerca: "Alcuni cittadini europei ritengono che i prodotti alimentari di marca che acquistano siano diversi, se non di peggior qualità, rispetto a quelli disponibili altrove. La Commissione ha invitato i nostri scienziati a contribuire a una valutazione oggettiva della portata di tali differenze nel mercato unico. I risultati non sono omogenei: se da un lato mi fa piacere che non vi sia alcuna prova di un divario tra est e ovest nella composizione dei prodotti alimentari di marca,

dall'altro mi preoccupa il fatto che per quasi un terzo dei prodotti analizzati sia stata rilevata una composizione differente nonostante il marchio identico o simile."

Lo studio ha analizzato 1.380 esemplari di 128 diversi prodotti alimentari di 19 Stati membri, un campione non rappresentativo, però, della varietà di prodotti alimentari disponibili sul mercato europeo. Nella maggior parte dei casi la composizione dei prodotti coincideva col modo in cui venivano presentati, dice la Commissione europea — per il 23% dei prodotti quanto indicato sulla parte anteriore della confezione e la composizione coincidevano, mentre per il 27% dei prodotti a una diversa composizione corrispondeva una diversa parte anteriore della confezione.

II 9% dei prodotti presentati come identici nei diversi Paesi dell'UE aveva invece una composizione diversa: la parte anteriore della confezione era identica ma la composizione differente. Un altro 22% dei prodotti presentati in modo simile aveva una composizione differente: sono prodotti che presentavano una parte anteriore della confezione simile ma una composizione differente.

Bruxelles sottolinea poi che non è stato rilevato alcun modello geografico coerente per quanto riguarda l'uso di imballaggi identici o simili per prodotti con una composizione differente. "Le differenze di composizione rilevate nei prodotti analizzati non implicano necessariamente una differenza di qualità", aggiunge la Commissione. Che ha promosso diverse azioni per fronteggiare le differenze di qualità nei prodotti. Fra queste, quella di chiarire i casi in cui le differenze di qualità dei prodotti costituiscono una pratica ingannevole, stabilire una metodologia comune per l'analisi dei prodotti alimentari, destinare oltre 4,5 milioni di euro alla risoluzione del problema.

Sabrina Bergamini

fonte: helpconsumatori.it, 24 giugno 2019

CALENDARIO ADDEBITI DELLA SPESA IN CONTO CORRENTE

spesa di luglio	dal	01/07/2019	al	15/07/2019	valuta di addebito	31/07/2019
		16/07/2019		31/07/2019		06/08/2019
spesa di agosto	dal	01/08/2019	al	15/08/2019	valuta di addebito	31/08/2019
		16/08/2019		31/08/2019		06/09/2019
spesa di settembre	dal	01/09/2019	al	15/09/2019	valuta di addebito	30/09/2019
		16/09/2019		30/09/2019		06/10/2019

QUOTE AZIONARIE

Dall'inizio del 2019 a fine giugno

17 nuovi soci iscritti

 $17\,$ quote acquistate

Situazione

a fine giugno 2019

Obiettivo da raggiungere: 10.000 quote azionarie

Soci iscritti: 4.507

Quote azionarie: 7.387 pari ad un capitale sociale di € 381.464,68

PRESTITO SOCIALE

Hanno aderito all'iniziativa

 $105 \, \text{soci}$

con un totale di € 683.<u>132,59</u>

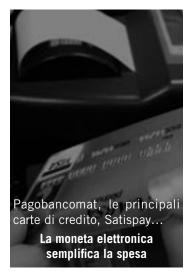
Condizioni

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.



ABBRONZATURA, ECCO LA TOP TEN DELLA TINTARELLA DELLA SALUTE



ADDEBITO DIRETTO IN CONTO CORRENTE

È possibile addebitare la spesa direttamente sul conto corrente bancario del socio, con valuta posticipata.

È conveniente per il socio, che acquista a credito per alcune settimane senza costi aggiuntivi

È sicuro, perché non c'è movimentazione di contante

È utile alla Cooperativa, che risparmia le commissioni richieste dal sistema bancario, sveltisce i passaggi in cassa e riduce gli errori nei resti

È utile anche per te: il risparmio per la Cooperativa si traduce in prezzi più convenienti.

BASTA PRESENTARE LA TUA TESSERA ALLA CASSA (PUOI CHIEDERNE COPIE PER I TUOI FAMILIARI)

Sullo scontrino fiscale trovi anche il saldo della spesa effettuata complessivamente nel periodo, per tenere sotto controllo gli acquisti.

Per attivare l'addebito in conto corrente, ritira il modulo per la tua Banca o chiedi maggior informazioni in Amministrazione. on l'arrivo del bel tempo, dopo un maggio gelido e straordinariamente piovoso, gli Italiani si espongono ai raggi solari per ottenere la sospirata abbronzatura da nord a sud della Penisola, dal mare alla montagna, lungo i fiumi o in campagna, ma anche in città fra piscine, parchi e balconi. È quanto afferma la Coldiretti, sulla base dei dati ISAC CNR, che per sostenere l'obiettivo ha organizzato in tutta Italia i #tintarelladay con la possibilità di scoprire la dieta che abbronza nei principali mercati di Campagna Amica, a partire dalla Capitale Roma in via San Teodoro 74 dove è stata esposta la top ten della frutta e verdura che abbronza.

Il consiglio per tutti è di esporsi gradualmente al sole, evitando le ore più calde soprattutto in caso di carnagione chiara, ma anche l'alimentazione aiuta a "catturare" i raggi del sole ed è anche in grado di difendere l'organismo dalle elevate temperature e dalle scottature. La dieta adeguata per una abbronzatura sana e naturale si fonda sul consumo di cibi ricchi in Vitamina A che favoriscono la produzione nell'epidermide del pigmento melanina che protegge dalle scottature e dona il classico colore scuro alla pelle.

Nella speciale classifica stilata dalla Coldiretti il primo posto è conquistato indiscutibilmente dalle carote, che contengono ben 1200 microgrammi di Vitamina A o quantità equivalenti di caroteni per 100 grammi di parte edibile. Al posto d'onore salgono gli spinaci che ne hanno circa la metà, a pari merito con il radicchio, mentre al terzo si posizionano le albicocche, seguite da cicoria, lattuga, melone giallo e sedano, peperoni, pomodori, pesche gialle, cocomeri, fragole e ciliegie, che presentano comunque contenuti elevati di vitamina A o caroteni.

Con il caldo infatti è importante consumare frutta e verdura fresca, fonte di vitamine, sali minerali e liquidi preziosi per mantenere l'organismo in

efficienza e per combattere i radicali liberi prodotti come conseguenza dell'esposizione solare. Antiossidanti "naturali" sono infatti le vitamine A, C ed E che sono contenute in abbondanza in frutta e verdura fresca. Alla buona alimentazione vanno accompagnate regole di buon senso nell'esposizione al sole soprattutto all'inizio della stagione. È quindi importante conoscere il proprio fototipo ed utilizzare creme adeguate alla propria pelle, soprattutto su bambini, ridurre al minimo le esposizioni ai raggi solari, specie nelle ore centrali della giornata, non esporsi al sole con profumi ed essenze e utilizzare indumenti adeguati (cappelli, magliette, occhiali). In caso di scottature o di disidratazione della pelle possono essere utili anche alcuni rimedi naturali come impacchi di vogurt bianco intero oppure maschere con fette di anguria oppure la polpa di mela grattugiata stesa sulle zone più arrossate.

LA TOP TEN DELLA TINTARELLA DELLA SALUTE – VITAMINA A (*)

(*) in microgrammi di Vitamina A o in quantità equivalenti di caroteni per 100 grammi di parte edibile

- Carote 1200
- Spinaci e radicchi 500-600
- Albicocche 350–500
- Cicorie e lattughe 220–260
- Meloni 200
- Sedano 200
- Peperoni 100-150
- Pomodori 50–100
- Pesche 100
- Cocomeri, fragole e ciliegie 10-40

A cura di Margherita Doneda



ARRIVA IN ITALIA IL FILETTO VEGANO CHE "SANGUINA", CHE COSA NE PENSATE?



a cura di Vasco Speroni



el 2007 Michael Pollan, giornalista statunitense autore (tra gli altri) del *Dilemma dell'onnivoro*, scriveva in un articolo «Non mangiate niente che la vostra bisnonna non riconoscerebbe come cibo». Chissà cosa direbbero le nostre bisnonne della *new entry* tra i piatti pronti che è sbarcata in Italia proprio in questi giorni: il filetto vegano che "sanguina" come quello vero.

«Si cuoce sulla griglia senza sbriciolarsi — riporta un articolo de II Sole 24 ore — e, una volta cotto, ha l'aspetto di un filetto di manzo, con caratteristico bruciacchiato. Anche il profumo che si sprigiona dalla griglia è di carne, così come il sapore e la consistenza sotto ai denti. Come la carne, inoltre, "sanguina" quando viene tagliato. Eppure, è totalmente vegetale: gusto e consistenza sono ottenuti grazie a un mix di soia e di proteine del frumento, arricchito con ferro e vitamina B12. II "sangue" altro non è che succo di barbabietola. Dopo aver sbancato, letteralmente, gli scaffali di una catena di supermercati britannici, è arrivato anche in Italia e sarà acquistabile a partire dal 24 giugno in Emilia Romagna e Liguria, per poi raggiungere il resto della penisola entro il 2019».

Siamo tutti d'accordo: dobbiamo tagliare (e assai) gli attuali consumi smisurati di carne e prodotti animali e potenziare una dieta a base vegetale. Che ci piaccia o meno, non possiamo davvero pensare di poter continuare a mantenere i livelli di consumo degli ultimi decenni.

Comprensibilmente quindi le alternative alla carne, sia prodotti che la imitano, come questo filetto "sanguinolento", o la carne in vitro, sebbene ancora sperimentale e di complessa applicazione, destano molta curiosità e interesse nel pubblico.

Il nostro consiglio però rimane lo stesso: cucinare allunga la vita! Preferite gli ingredienti freschi e combinateli come vi piace. Siamo fortunati: se guardiamo alla nostra tradizione gastronomica, non avremo che l'imbarazzo della scelta di preparazioni e ricette vegetariane e anche vegane. E non siamo gli unici a sostenerlo: «Nella nostra cultura alimentare — ci spiega il nutrizionista Paolo De Cristofaro, presidente della Società Italiana di Nutrizione Vegetariana (SINVE) — la parte vegetale era protagonista: ovunque in Italia ci sono piatti e ricette antiche che valorizzano cereali, verdure e legumi. La riduzione del consumo di carne è un ritorno a un'alimentazione vicina alla nostra storia, ambiente, cultura. La perdita della dieta mediterranea non ci fa bene».

Questa novità fa crescere la preoccupazione riguardo alimenti sempre più "artificiali" e lontani dal trovare una soluzione ai reali problemi del pianeta, mentre traghettano verso sistema alimentare iper tecnologizzato che sovverte il sistema allevamento-agricoltura, e tutti i valori, biodiversità e cultura gastronomica in testa, che da trent'anni vogliamo rafforzare e diffondere.

La campagna *Slow Meat* agisce proprio in questa direzione: quel che Slow Food propone è una diminuzione dei consumi di carne, privilegiando quella di qualità proveniente da allevamenti sostenibili o ad alternative vegetali che potete trovare aprendo un ricettario della nostra tradizione.

E così avremmo forse qualche etto di carne in meno, in cambio di tanta varietà in più. Provare per credere.

A cura di Michela Marchi e Annalisa Audino

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 segreteriasociale@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

a cura di Vasco Speroni

È IN VAL DI SOLE IL PRIMO SUPERMERCATO SENZA PLASTICA



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. o chiamano il paradiso del km zero e del plastic—free. Un supermercato con zero (o quasi) confezioni di plastica, tanto o quasi tutto sfuso e praticamente tutto in arrivo da allevatori e produttori di zona.

A Ossana (TN), in Val di Sole nasce l'esempio di un bella realtà commerciale che ha come obiettivo il basso impatto ambientale. L'autrice di questa avventura è Patrizia Pedergnana, giovane che possiamo definire un'imprenditrice ambientale, con un obiettivo ben saldo in mente: creare un agrodistretto biologico. Per realizzarlo si è aggiudicata il bando del Comune di Ossana che le ha assegnato un immobile per realizzare un *supermarket* a basso impatto ambientale. E Patrizia ha messo in pratica i rigidi vincoli del bando e raggiunto l'obiettivo.

Gli unici recipienti ammessi sono in vetro, almeno il 70% dei prodotti secchi non può essere confezionato in imballaggi di plastica o altro materiale, per i liquidi (olio, vino e altre bevande) si sale al 90%. Per assicurare una riduzione delle emissioni e sostenere l'economia locale, per il 75% la produzione/trasformazione dei prodotti deve avvenire entro e non oltre 110 chilometri dal punto vendita. Gli alimenti da banco frigo devono essere sfusi almeno per il 90% e, per almeno l'80%, provenire al massimo da 40 km. Per trasportare la spesa poi tutti i contenitori dovranno essere realizzati in carta, stoffa o altro tessuto riutilizzabile.

Insomma, un modello virtuoso che speriamo possa essere replicato. Questo supermercato rappresenta infatti una tappa nel percorso intrapreso dal Comune di Ossana verso il taglio, verso l'annullamento, di spreco, inquinamento ed emissioni.

E un bell'esempio da mostrare alla GDO, all'industria alimentare e a tutti i consumatori ancora scettici che è possibile vivere senza plastica, in modo sostenibile e *slow*.

Noi incrociamo le dita perché questo progetto esploda anche al di fuori del piccolo centro trentino e prenda piede in ogni angolo d'Italia. Il risultato, d'altronde, dipende anche noi consumatori.

CETA, ATTACCO ALL'ITALIA. IL GOVERNO RILEGGA GLI ACCORDI

e misure sull'etichettatura dell'origine del grano, il divieto nei confronti degli OGM e la diffidenza verso il glifosato. Quelle che possono considerarsi conquiste dei consumatori a tutela della salute e dei produttori (in particolare di quelli che mettono la qualità prima del profitto), diventano barriere da abbattere per CropLife, l'associazione internazionale delle aziende agrochimiche che, in un dossier scritto a quattro mani con la Camera di Commercio canadese, elenca gli ostacoli al libero commercio che le multinazionali del settore auspicano di rimuovere attraverso il CETA, il trattato di liberalizzazione commerciale tra Canada e Unione Europa.

Nel documento, che mette in fila 9 "raccomandazioni", un'intera pagina è dedicata all'Italia. A essere messe sotto accusa sono le regole sulla tracciabilità in etichetta dell'origine delle farine, il divieto agli OGM per uso alimentare e i limiti di residui di pesticidi nel grano duro.

"Barriere non tariffarie da abbattere" secondo gli estensori del documento, che sottolineano come il superamento di questi nodi, "fattori irritanti" del commercio, sia uno dei punti di forza del trattato.

Una scelta, quella di etichettare il grano, che viene definita "disastrosa" per l'export canadese e che nel documento viene ridotta a una forma di protezionismo. Diventano così "barriere al commercio ingiustificate" i primi timidi passi mossi nella riduzione della chimica in agricoltura e l'invito è a risolvere i disallineamenti in nome di una "scienza depoliticizzata".

«Attacchi che dovrebbero far riflettere,» ha commentato Monica Di Sisto, portavoce della coalizione "Stop TTIP/CETA", di cui fa parte anche Slow Food. Prediligere produzioni libere da OGM e *input* chimici, di cui conosciamo l'origine (così da poter operare scelte più consapevoli), non è protezionismo. È libertà, quella del consumatore, che è più importante di quella dei mercati e delle multinazionali che vogliono solo speculare sul nostro cibo quotidiano. E vedono come il fumo negli occhi ogni situazione in cui i cittadini dispongono di maggiori informazioni e strumenti per decidere.

A chi ci governa vale la pena ricordare le promesse fatte in campagna elettorale e ricordare loro che non sono ammessi arretramenti sulle tutele faticosamente conquistate.

DELIZIE ESTIVE: È TEMPO DI PROCURARSI I FRIGGITELLI



appena uscito per Slow Food Editore, *Estate*- Vita e cucina di stagione. È il primo di quattro (il secondo sarà intitolato all'inverno), ognuno dedicato alle gioie, i consigli, le ricette per vivere al meglio ogni periodo dell'anno. Siccome dai mercati non abbiamo grandi novità rispetto alle settimane scorse, con i "buchi" che continuano a fare oscillare i prezzi — soprattutto della frutta — sfogliando il libro troviamo subito, nella dispensa di fine giugno, l'idea di procurarsi i peperoni friggitelli: deliziosi, poco costosi e facilissimi da cucinare.

E allora oggi seguiamolo nel nostro giro al mercato, questo consiglio: a circa due euro al chilo potremmo comprarne a sufficienza per una cifra ridicola. Sarà opportuno sceglierli belli sodi, quasi croccanti, e più freschi possibile perché è meglio consumarli velocemente dopo la raccolta. Se li trovate ai banchi dei contadini, dunque, avrete buone possibilità che siano stati staccati dalla pianta al mattino prima di partire per il mercato.

Ricordiamo che sono quei peperoncini lunghi una decina di centimetri e verdi (se li trovate è anche meglio comprarli più piccoli), allungati e conici ma con la punta arrotondata. Sono dolciastri, per niente piccanti e lasciamo una punta di amarognolo in bocca. Lo dice anche il nome: sono una delizia fritti nell'olio o soffritti in padella. Un passaggio veloce, una spolverata di sale grosso e diventano un contorno o un aperitivo perfetto. In alcune regioni (Abruzzo, Puglia e Calabria) li chiamano anche "friarielli" vista la loro presunta origine campana (insieme al Lazio è la regione dove sono più coltivati), ma proprio la Campania è invece l'unica regione dove "friariello" indica un'altra cosa: le piccole cime di rapa o broccoletti.

Buoni anche farciti o tagliuzzati crudi in insalata, oppure ripassati con salsa di pomodoro e basilico, vi consigliamo di metterne qualcuno sott'aceto per tenerli qualche mese. Fateli bollire quattro o cinque minuti in 750 ml di aceto di vino bianco (allungato con acqua se li volete più delicati) assieme a un cucchiaino di sale, tre foglie di alloro e pepe nero in grani. Metteteli un po' compressi in vasetti precedentemente sterilizzati e ricoprite con l'aceto di cottura: in mezz'ora di lavoro gli avrete allungato la vita – e il gusto – di un bel po'.

Carlo Bogliotti



FRIGGITELLI RIPIENI

Piccoli, teneri, dal colore verde sgargiante e dal gusto piacevolmente dolce... come si fa a non amare i friggitelli (o friarielli)? Questi peperoni nani si possono gustare saltati in padella oppure farciti con ripieni stuzzicanti, come questa versione estiva: un mix saporito di pomodori freschi e pomodorini secchi sott'olio, con una croccante gratinatura e, per finire, una nota profumata di basilico fresco. Già in forno si sprigioneranno tutti gli aromi di questo piatto appetitoso.

INGREDIENTI

- Friggitelli 10
- Pangrattato 40 g
- Pomodori ramati (circa 1) 180 g
- Pomodori secchi sott'olio 40 g
- Parmigiano reggiano da grattugiare 30 g
- Basilico q.b.
- Sale fino q.b.
- Olio extravergine d'oliva q.b.

PREPARAZIONE Lavare e asciugare i friggitelli, inciderli lateralmente per ritagliarne una piccola porzione e, con un cucchiaino, estrarre i semini.

Lavare e asciugare il pomodoro, tagliarlo prima a fettine e poi a cubetti. Sgocciolare i pomodori secchi e tagliarli a piccoli pezzetti.

In una ciotola capiente versare i pomodori freschi, quelli secchi sott'olio, insaporire con il Parmigiano grattugiato, il pangrattato e profumare il composto con foglioline di basilico spezzettate grossolanamente. Per finire salare la farcia e mescolare per amalgamare gli ingredienti. Adagiare i friggitelli su una teglia rivestita con carta forno e farcire l'incavo con il ripieno, aiutandosi con un cucchiaino.

Irrorare i friggitelli con l'olio e cuocere in forno statico preriscaldato a 180°C per 20 minuti (o per qualche minuto in più se li preferite molto morbidi). A cottura ultimata, sfornare i friggitelli ripieni, lasciarli intiepidire e poi servirli.



TITOLI VECCHI E NUOVI SCELTI PER TE

Giacomo Rizzolati, Corrado Sinigaglia SPECCHI NEL CERVELLO

Come comprendiamo gli altri dall'interno Raffaello Cortina Editore, 2019, collana "Scienza e idee", pag. XVI-308, illustrato € 29,00 (al socio € 24,65)

È merito degli scienziati del gruppo di Giacomo Rizzolatti, negli anni Novanta, nei laboratori dell'università di Parma, la scoperta dei neuroni specchio — ovvero le cellule del cervello che ci permettono di riconoscere e imitare i gesti degli altri, - ottenuta attraverso lo studio dell'attività cerebrale dei macachi. Gli scienziati scoprirono che nel cervello alcuni neuroni legati al movimento si attivavano sia quando un macaco compiva un'azione (come per esempio afferrare una nocciolina), sia quando la guardava compiere da un'altra scimmia, o addirittura da uno sperimentatore umano. La stessa funzione viene osservata anche nell'uomo e in altri animali, con un meccanismo molto efficiente dal punto di vista evolutivo, in quanto permette di risparmiare risorse cerebrali, che vengono utilizzate sia per agire che per riconoscere l'azione dell'altro: questo meccanismo funziona perché nell'altro si osserva un'emozione o un'azione che anche noi stessi siamo in grado di provare. I neuroni specchio assolvono a un ruolo decisivo sia nell'apprendimento per imitazione, sia nel fenomeno dell'empatia: anche nella nostra vita di esseri socialmente evoluti, sono tantissime le situazioni in cui attraverso questo meccanismo siamo in grado di rilevare rapidamente informazioni sui nostri vicini e rielaborarle in termini di strategie di comportamento; ad esempio, tra le numerose altre, capire una situazione di pericolo quando capita ad altri può salvarci la vita. Corrado Sinigaglia insegna filosofia della scienza all'Università di Milano; ha condotto attività di ricerca in Belgio, all'Ecole Normale di Parigi e all'Università di Genova. Da anni collabora con i neuroscienziati, in particolare con Giacomo Rizzolatti: nato a Kiev nel 1937 da una famiglia di origini italiane (il nonno Pietro Rizzolatti era emigrato dal Friuli in Ucraina verso la fine dell'Ottocento), è considerato l'autore di una delle principali scoperte nel campo delle neuroscienze degli ultimi decenni. Laureatosi nel 1961 alla facoltà di Medicina dell'Università di Padova con una specializzazione in neurologia, diventa poi professore di Fisiologia umana dell'Università di Parma; dal 2002 è direttore del dipartimento di neuroscienze della stessa università. È stato Presidente dello European Brain Behavior Society e della Società Italiana di Neuroscienze.

Manuela Biolchini, laia Pedemonte LA GUIDA DELLE LIBERE VIAGGIATRICI 50 mete per donne che amano viaggiare, in Italia e nel mondo

Altraeconomia, 2018, collana Guide responsabili e utili, pag. 208, illustrato € 14,50 (al socio € 12,33)

Viaggiare per cercare luoghi che siano fatti di persone, incontri, storie, natura, contribuendo anche a sostenere le comunità locali. Le donne però non sono solo viaggiatrici, ma anche coloro che lavorano maggiormente in questo settore. Ed ecco che la guida dà voce proprio a queste ultime, che hanno saputo creare piccole realtà economiche legate al territorio, alle sue tradizioni, alla riscoperta e alla valorizzazione di antiche lavorazioni, favorendo lo sviluppo locale attraverso il lavoro delle donne: guide d'arte e di natura, imprenditrici agricole, direttrici di musei, manager di tour operator...; proponendoci cammini nella natura, itinerari culturali, workshop, imprese sportive, all'insegna del turismo responsabile e degli incontri con le comunità locali.

La guida è ricca di proposte che riguardano sia l'Italia (la Sardegna delle Janas, le fate mitologiche; Venezia, con i "laboratori in cammino" della guida Luana Castelli; la Torino delle passeggiate interculturali; Sant'Ambrogio, piccolo paese sulle Madonie, alla scoperta dell'artigianato, del vino e delle produzioni locali...), che altri Paesi (turismo sostenibile e accoglienza in Ladakh, territorio conteso tra India, Pakistan e Cina, in

cui convivono pacificamente buddisti, musulmani sciiti, minoranze induiste e animiste, dove è possibile fare *trekking* dormendo in case *ladakhi* gestite da donne; Bosnia e Serbia, attraverso luoghi di memoria storica; le donne di "Sindyanna of Galilee" in cui arabe e ebree lavorano insieme in laboratori in cui si producono cesti, olio, miele e spezie; le cooperative di donne del Senegal che propongono la tecnica del *batik...*).

La prefazione è della geografa Luisa Rossi, con i contributi di *blogger*, scrittrici, viaggiatrici.

Valeria Margherita Mosca IMPARARE L'ARTE DEL *FORAGING* Conoscere, raccogliere, consumare il cibo selvatico

Giunti editore, 2019, collana "Cucina illustrati", pag. 384, illustrato, rilegato € 29,00 (al socio € 24,65)

Valeria Margherita Mosca è un'esperta di foraging con la passione per il trekking e l'esplorazione: nel libro ci porta con sé alla scoperta del mondo della raccolta del cibo spontaneo, visto come un modo per riconnettersi con la natura cibandosi di ciò che ci offre.

Vengono illustrate oltre 150 specie di erbe, fiori, arbusti, alberi, frutti, funghi, licheni, alghe e molluschi, sia le specie comuni nel nostro *habitat* come quelle sconosciute o misteriose; offrendoci tanti suggerimenti per conoscere ed esplorare gli ambienti più diversi.

Le illustrazioni sono di R. Felderer.

A cura di Graziella Somenzi

PASSALIBRO

Chi ha dei libri, li porta in CFL e chi vuole leggerli, li prende e li riporta dopo la lettura.

È una biblioteca libera ed alternativa, senza nessuna formalità e così i soci possono leggere i libri gratuitamente.

ACQUISTA I TUOI LIBRI IN CFL: CONVIENE!

libri di testo –15%

vocabolari e atlanti

-15%

narrativa, saggi, varia **–15%**