

Buona Pasqua a tutti i soci

GENTE CHE COOPERA

PER IL BILANCIO DOBBIAMO ASPETTARE

Questo numero di Gente che coopera normalmente è dedicato al bilancio di CFL. Quest'anno l'emergenza sanitaria che tutti conosciamo ha scombussolato tutte le scadenze. Vorrei tranquillizzare i soci. **IL BILANCIO È PRONTO**, nel senso che l'ufficio amministrativo ha quadrato tutti i conti e tirato le somme, manca solo il calcolo delle imposte e gli eventuali aggiustamenti formali dovuti alle ultime verifiche del Collegio sindacale e del Revisore dei conti, ma si è bloccato tutto. Quest'anno poi, con l'approvazione del bilancio da parte del nostro CdA e del CdA della Cooperativa S. Luigi di Badalasco, inizierà l'iter burocratico che — con le successive assemblee straordinarie delle due cooperative — si concluderà con la fusione delle cooperative stesse. La fusione è di fatto già partita ad inizio anno con l'affitto del punto vendita di Badalasco alla CFL di Treviglio, sarebbe stato meglio chiudere anche la parte burocratica al più presto.

A parte le considerazioni di tipo sanitario, sulle quali non spetta a me esprimermi, spero solo che questa "epidemia" finisca al più presto con meno decessi possibili.

Per quanto riguarda CFL, questa è stata l'occasione per dimostrare di essere una Cooperativa moralmente sana e soprattutto ancora pienamente consapevole dei suoi principi e della sua missione, ma anche una "azienda" strutturata e in grado di resistere anche agli sconvolgimenti del mercato alimentare.

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



ANNO XLIV n. 515 APRILE 2020

Abbiamo resistito all'assalto del punto vendita garantendo sempre la merce a chiunque la chiedeva, soci e non soci, il tutto nel rispetto delle regole igieniche e commerciali. Nel momento in cui si è reso necessario stare in casa, per gli evidenti motivi a tutti noti, siamo stati in grado di attivare subito un servizio a domicilio. È stata ed è un'esperienza pesante perché, pur essendo sempre stato un nostro obiettivo, iniziare una nuova attività in un momento di emergenza non è facile.

Ed è in questa situazione che tutta CFL ha dimostrato di essere veramente una cooperativa, di persone consapevoli che bisogna far quadrare il bilancio, ma non solo, bisogna anche essere capaci di differenziarsi, non solo nei prodotti posti in vendita, ma anche e soprattutto nei comportamenti.

Bisogna dire un GRAZIE maiuscolo ai dipendenti che, pur a ranghi ridotti dovuti alle malattie stagionali, hanno continuato a garantire il servizio ai clienti e ai soci, pur nella consapevolezza che qualche rischio lo stavano correndo. A questo va aggiunto un risveglio del volontariato, soprattutto dai giovani, ma anche meno giovani.

Spero che con questa carica di ottimismo si continui ad operare e dimostrare che la CFL è un tassello importante nella vita della nostra comunità.

Angelo Jamoletti



GENTE CHE COOPERA

ANNO XLIV, N. 515, APRILE 2020

GRUPPO REDAZIONALE

Margherita Doneda
Rosanna Guaiana
Pietro Guzzetti
Martina Mangili
Andrea Pavesi
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

Gli articoli di questo numero
sono pubblicati anche su
gentechecoopera.cfltreviglio.it

Il sito della Cooperativa è
www.cfltreviglio.it

Novità e notizie anche su:

[https://www.facebook.com/
cooperativafamiglielavoratori/
@cooperativafamiglielavoratori](https://www.facebook.com/cooperativafamiglielavoratori/)

Il prossimo numero
sarà pubblicato
ad inizio maggio 2020

Consegna degli articoli:
entro martedì 21 aprile.

CONSEGNA A DOMICILIO

Il servizio di consegna della spesa a domicilio è nato come servizio destinato soprattutto a persone anziane o per qualunque motivo impossibilitate a raggiungere il punto vendita.

Abbiamo notato però che lo stanno utilizzando in tanti, molti più del previsto, ingolfando il servizio a discapito di coloro che ne hanno **veramente** bisogno, portando i tempi di consegna a 10 giorni.

Invitiamo perciò coloro che non sono in quarantena, non presentano sintomi sospetti, febbre o tosse e sono in grado di raggiungere il punto vendita a venire **uno per famiglia** a fare la spesa personalmente.

Finito l'assedio dei giorni scorsi, nel nostro punto vendita **non ci sono code** all'ingresso.

CI RACCOMANDIAMO AL BUON SENSO

LA NUOVA EDIZIONE DI "RACCOGLI IL RISPARMIO" PORTA DUE NOVITÀ

Dal 2 marzo all'11 aprile 2020

ogni 15 euro di spesa e multipli

(con scontrino unico)

il socio riceverà un bollino cartaceo

che l'operatore di cassa dovrà attaccare

sull'apposita scheda.

Due le novità di questa edizione:

1. si abbassa a 15 euro la soglia di spesa per ricevere un bollino;
2. le fasce di sconto diventano tre: 10%, 15%, 20%.

Completata la scheda, il socio potrà ricevere lo sconto sulla spesa:

10 bollini = 10% di sconto
15 bollini = 15% di sconto
20 bollini = 20% di sconto

Lo sconto potrà essere richiesto fino al 19 aprile.

UNITI #CELAFAREMO



Nel numero precedente di Gente che coopera abbiamo avviato una rubrica che vuole dare voce ai soci e raccontare il loro rapporto con la Cooperativa. Durante questa situazione di distanza sociale, abbiamo intervistato tramite mail e telefono tre socie riguardo l'emergenza sanitaria che stiamo vivendo.

Pandemia: la parola che si è inserita a forza in tutti i notiziari e nelle conversazioni telefoniche cui ci obbliga la segregazione; è antica e contiene già in sé molte spiegazioni. Deriva dal greco ed è composta dal prefisso "pan", che significa "tutto" e dalla parola "dèmos" che significa "popolo". La parola letteralmente significa "che è proprio di tutto il popolo" ed è stata utilizzata nel tempo per indicare una malattia che si diffonde in tutta la popolazione.

Oggi, nel 2020, in un mondo che è ipercollegato e iperconnesso, il popolo è la popolazione mondiale e questa malattia che ci colpisce, la polmonite bilaterale da covid-19, lo fa senza distinzione di continente, nazione, sesso o reddito. È la malattia di tutti.

Nel XX secolo le grandi pandemie influenzali sono state tre e quella che stiamo vivendo è la prima del XXI secolo. Per molti di noi è una situazione sconvolgente, per altri una dura prova tra altre già affrontate. Proviamo a sentire come vivono questo momento difficile tre socie CFL diverse per età e per il modo in cui stanno vivendo la reclusione ma unite da una comune convinzione: ce la faremo!

MARGHERITA DONEDA, CLASSE 1942, INSEGNANTE IN PENSIONE E NONNA

Come sono le tue giornate in questo periodo?

Sono in isolamento e non posso vedere i miei

due nipotini di 2 e 6 anni che accudivo regolarmente e sono preoccupata per i miei parenti anziani. Mi manca incontrare amiche ed amici e poter andare in bicicletta alle conferenze, alle mostre e alle attività a sfondo sociale cui partecipavo. Non esco nemmeno per la spesa perché utilizzo il servizio a domicilio e resto in casa. Per il resto sento parenti e amici grazie al telefono, uso le videochiamate che sono un grande aiuto, sento i telegiornali e leggo molto.

Come ti senti?

Lo sto bene ma l'angoscia per i parenti e gli amici malati è grande! Ho già perso una parente di Como senza poterla vedere né prima né dopo la morte e ora anche mio fratello è malato e non sappiamo cosa succederà. Non poter vedere i nostri cari in momenti così tristi è terribile e se moltiplichiamo per tutti questa situazione, lo scenario è tremendo. Rispetto la chiusura e resto in casa e spero che questo serva ad arrivare presto al momento in cui i contagi si fermeranno e potremo piano piano riprendere a vivere in modo più sereno.

Hai vissuto emergenze simili in passato?

Sono nata nel secondo dopoguerra e cresciuta quindi in un'ambiente già provato.

Ricordo che nel 1957-60 ci fu una pandemia, chiamata influenza Asiatica, che già allora causava polmoniti mortali. Avevo appena iniziato a lavorare negli uffici della Trans di Treviglio, ero molto giovane, e la gente iniziò ad ammalarsi: guariva chi aveva la fortuna di superare la febbre altissime e la difficoltà respiratorie, in casa propria. Ossigeno e saturazione non sapevamo neanche cosa fossero!

Com'era la vita durante la pandemia di asiatica?

Non ci furono provvedimenti statali e nessuna restrizione particolare. Chi stava bene andava a lavorare normalmente e chi si ammalava stava a casa e veniva curato con i farmaci a disposizione e rimedi casalinghi come tisana e impacchi: si provava un po' di tutto.

Io mi ammalai e ricordo questo lungo periodo a letto, sfocato per via della febbre altissima, momenti di delirio e un giorno in cui volli andare in bagno da sola e svenni. Mio padre mi prese in

Orari di apertura dei punti vendita

Treviglio

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

SABATO
8:30-19:30
orario continuato

Badalasco

LUNEDÌ
8:00-12:30

DA MARTEDÌ
A SABATO
8:00-12:30;
16:00-19:30

Addebito diretto in conto corrente

La spesa in CFL può essere addebitata 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.

Chiedi informazioni o il modulo di richiesta in Amministrazione.

CALENDARIO ADDEBITI DELLA SPESA IN CONTO CORRENTE

spesa di aprile	dal	01/04/2020	al	15/04/2020	valuta di addebito	30/04/2020
		16/04/2020		30/04/2020		06/05/2020
spesa di maggio	dal	01/05/2020	al	15/05/2020	valuta di addebito	31/05/2020
		16/05/2020		31/05/2020		06/06/2020
spesa di giugno	dal	01/06/2020	al	15/06/2020	valuta di addebito	30/06/2020
		16/06/2020		30/06/2020		06/07/2020



QUOTE AZIONARIE

A fine marzo siamo

4.528 soci
+ **12** soci

da dicembre 2019

Quote azionarie: 7.297
pari ad un capitale sociale
di € 376.817,08

PRESTITO SOCIALE

Sono attivi

98 "libretti"

con un totale di €

633.976,48

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.

braccio e mi riportò a letto; per aiutarmi mi mise sulla pancia una borsa dell'acqua calda bollente che mi lasciò una piccola ustione di cui porto ancora il segno.

Un messaggio per chi legge?

Oggi, come tutti, soffro per la clausura ma sono certa che questo periodo passerà e se sapremo essere saggi, e imparare dall'esperienza, potremo cambiare in meglio la nostra società e gettare le basi per un futuro diverso. Intanto possiamo essere pazienti, forti e sostenerci come possiamo gli uni con gli altri senza cedere alla tristezza o alla pura: siamo una società forte e ce la faremo grazie all'aiuto di tutti.

BIANCA, CLASSE 1981, LIBERA PROFESSIONISTA E MAMMA DI SOFIA, 2 ANNI

Come sono le vostre giornate in questo periodo?

Siamo come tutti in isolamento e abbiamo la fortuna di non essere malate e non avere nessun parente in gravi condizioni. Stare in casa 24 ore su 24 con una bambina piccola è divertente ma anche difficile perché la *routine* è stravolta e non è facile adattarsi. Sofia chiede ogni giorno se può andare all'asilo o al parco o vedere altri bambini ma la risposta è sempre no. Ad inizio epidemia, pur non facendole sentire i telegiornali o chiamate a tema, ha capito che c'era un problema e una sera mi ha chiesto preoccupata se il virus poteva esserle salito sui piedini nudi! Allora le ho spiegato che esiste un piccolo "virus cattivo" che ci ha sconvolto la vita e Sofia ha capito ed ha elaborato la cosa. Cerco di proporre tante piccole attività ogni giorno nel nostro spazio ristretto e le ho spiegato che per un po' potrà vedere nonna, zia e amici solo attraverso il telefono con le videochiamate.

Come ti senti?

Sono preoccupata innanzi tutto per i malati e per tutti gli amici e amiche che operano in ospedale e a contatti con i malati. Li ammiro e mando loro un grande e commosso abbraccio!

Poi sono preoccupata per il sistema economico perché mi domando fino a quando potremo reggere una simile chiusura, necessaria ma che sta creando enormi problemi che dovremo presto affrontare. E infine sono preoccupata per me per la nostra situazione economica.

Tu sei una mamma lavoratrice: come fai in questo periodo?

Io sono una consulente libera professionista e come tale guadagno solo se fatturo. Sono molto preoccupata anche su questo fronte perché tanti clienti hanno chiuso e non si sa se e quando ri-

apriranno. Ho la fortuna di avere ancora del lavoro da fare ma è dura lavorare al *computer* in casa con una bambina piccola che ti assalta appena tocchi la tastiera!

Non ho mai avuto una *babysitter* perciò, anche volendo richiedere il bonus, come potrei fare a sceglierne una adesso che siamo tutti confinati e potenzialmente infetti?

Cosa pensi delle misure stanziate dal governo in aiuto alle famiglie?

Per natura sono ottimista e le apprezzo ma temo non basteranno. Chi non è assunto a tempo indeterminato, come liberi professionisti, negozianti e artigiani non ha la garanzia di entrate economiche e la chiusura indeterminata di asili e scuole crea un interrogativo spaventoso: tra un po' come faremo? Non è chiaro chi avrà diritto ai 600€ di bonus mensile, io per esempio temo di no per il mio tipo di inquadramento INPS. Possiamo tutti tirare la cinghia e stentare per qualche mese. Ma poi?

Un messaggio per chi legge?

Il momento è duro e lo *stress* altissimo per molte e varie ragioni. Speriamo nel buon senso del governo, che ci aiuti a uscire da questo *impasse*. Nel nostro piccolo, impariamo dai bambini e cerchiamo di prendere le giornate momento per momento e cogliere il bello che c'è nelle piccole cose. Siamo ottimisti: ce la faremo!

PAOLA, CLASSE 1964, INFERMIERA PRESSO OSPEDALE DI TREVIGLIO

Come sono le tue giornate in questo periodo?

Sono infermiera nel reparto di terapia intensiva presso Ospedale di Treviglio, di cui ampia parte è ora dedicata ai pazienti covid. Lavoriamo su turni da 8 ore e abbiamo raggiunto la massima capienza e ricavato ogni posto possibile per accogliere il maggior numero di malati. Le mie giornate ruotano tutte attorno al lavoro in ospedale e le restanti ore sono di riposo e isolamento. In ospedale il lavoro da fare è moltissimo ma è il mio lavoro e lo sceglierei di nuovo ogni giorno: amo il mio lavoro e questa è una grande sfida che stiamo affrontando e vogliamo vincere! Assistiamo e curiamo i pazienti colpiti da polmonite bilaterale da covid-19 che presentano insufficienza respiratoria e hanno quindi bisogno di ossigeno o intubazione per poter respirare. Siamo al loro fianco prima, durante e dopo la permanenza in terapia intensiva.

Come ti senti?

In ospedale diamo tutti il massimo per 8 ore senza sosta, cerchiamo anche di non bere, non mangiare e non andare in bagno per tutta la durata del turno, per evitare di doverci togliere i



presidi di sicurezza che scarseggiano. Lavoriamo con massima concentrazione e dedizione e quando il turno è finito ci sentiamo stanchi e sconvolti. Ho una lunga esperienza come infermiera ma quello che mi devasta è vedere i malati senza il conforto di un parente accanto. Noi siamo l'unico tramite con i parenti all'esterno e, quando purtroppo un malato non ce la fa, siamo noi che gli teniamo la mano al momento della morte e gli auguriamo "Buon viaggio".

A fine turno, dopo le telefonate ai parenti che aspettano notizie, torniamo a casa.

Nella solitudine di casa mia, continuo a rivivere questi momenti e non è facile convivere con queste esperienze.

Come ti relazioni a parenti e amici in questo periodo?

Ho dovuto interrompere le visite a parenti e amici e anche al mio figlioccio di 11 anni. È dura ma ho paura di essere una positiva asintomatica e non vorrei mai spargere il virus. Teniamo i contatti con telefonate e videochiamate ed è comunque un grande aiuto e conforto.

Come i manifesti con gli arcobaleni, le chiamate e i messaggi degli amici e dei parenti: dei fiori che sbocciano e aiutano me e tutto l'ospedale a

farci forza per affrontare questa emergenza.

In ospedale percepite la solidarietà della gente?

Sì ed è il nostro carburante, ci aiuta moltissimo! Abbiamo ricevuto e riceviamo tantissimi regali: pizze, dolci, merende, panini, colombe e molti messaggi di apprezzamento e ringraziamento. Questo ci sostiene e, anche nei momenti critici, quando senti che non ce la fai più e tutto sembra più grande di te, ti fa pensare alle persone che ci sono grate e che fanno il tifo per noi. Ogni mattina e ogni sera guardiamo lo striscione appeso davanti all'ospedale e ne siamo fieri: non siamo eroi, facciamo solo il nostro lavoro ma l'amore della gente lo percepiamo e ci dà una carica enorme!

Un messaggio per chi legge?

State a casa, siate forti e ricordatevi che anche chi sta a casa fa la sua parte, cioè non diffonde il contagio e quindi non aggrava ancora di più la situazione negli ospedali. Capisco che è pesante per tutti ma prima si riuscirà a bloccare i contagi e prima si potrà ricominciare a uscire e a vivere. Come tutte e tutti i mie colleghi, sono fiduciosa: è dura ma alla fine vinceremo noi!

Ditelo forte a tutti e continuate a dirlo: vinceremo noi!

Martina Mangili

Paola, la socia infermiera intervistata qui a fianco, in una divertente caricatura realizzata dall'amico David Obendorfer



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

PARLANO D'AMORE I TULI-TULI-TULI-TULIPAN...

Nel numero di febbraio di Gente che coopera abbiamo presentato l'azienda agricola **quindicipertiche**, che coltiva i suoi campi a Castel Cerreto e i cui prodotti sono disponibili anche presso i punti vendita di CFL.

"Tulipani a Treviglio" è l'iniziativa con cui l'azienda voleva proporre, per la prima volta a Treviglio, un'esperienza di **autoraccolta di tulipani** direttamente in campo. Un modo per celebrare la primavera e regalare un pomeriggio di svago e colore alle famiglie nella campagna trevigliese.

Purtroppo l'emergenza covid ha impedito l'apertura della manifestazione, costringendo a cambiare in corsa il programma: un servizio di **consegna a domicilio di mazzi di tulipani**, direttamente dal campo alle vostre case.

L'accoglienza è stata davvero insperata e in moltissimi stanno richiedendo mazzi di fiori per sé o da regalare ai propri cari, una vera e propria iniezione di fiducia per i ragazzi di quindicipertiche.

"Tulipani a Treviglio" verrà riproposto anche per il 2021, con la speranza di incontrare ancora tutto questo entusiasmo, questa volta direttamente al campo!

Intanto, fino alla fine del mese di aprile sarà possibile acquistare i mazzi di tulipani con consegna a domicilio. È possibile contattare quindicipertiche tramite la pagina Facebook o la mail: quindicipertiche@gmail.com.





a cura di Vasco Speroni

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 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.



PETRINI: «QUESTO VIRUS CI OBBLIGA A MIGLIORARE IL NOSTRO MONDO»

«Che senso avrebbe fare tutto come prima? Dobbiamo dare più spazio alle comunità e tornare a produrre il cibo che mangiamo»

Buongiorno Petrini, come va chiuso a casa?

«Sono le 10.30 e mi sono svegliato da poco. Ho cambiato gli orari così la giornata è meno lunga. Mi occupo della nostra università di Scienze Gastronomiche che è indispensabile tenere in piedi. Sa che a Bra sono rimasti un centinaio di studenti provenienti da tutto il mondo? Io gli telefono, chiedo se hanno bisogno di qualcosa, gli faccio avere un libro. Stiamo anche pensando a un *super master* internazionale *on line*. Le nostre iscrizioni continuano a buon ritmo ma non è detto che le cose tornino rapidamente come prima. Viviamo alla giornata ma dobbiamo anche prepararci ai cambiamenti».

Una chiacchierata con Carlo Petrini è un soffio di aria fresca che spazza via i pensieri cupi. Perché il fondatore e presidente di Slow Food ha sempre lo sguardo rivolto al futuro.

Petrini, quando ha capito che il coronavirus era una cosa tremendamente seria?

«Man mano, come tutti gli Italiani. Quando ho visto che il sistema sanitario non reggeva ho capito che la situazione era seria e bisognava seguire tutte le indicazioni dell'autorità».

All'inizio è passato il messaggio che in pericolo erano solo gli anziani.

«C'è una cosa buffa. Sa che per la prima volta mi sono sentito anziano? L'anno scorso ho compiuto 70 anni ma pur con i miei acciacchi ho continuato a fare la solita vita. Quando hanno detto che sopra i 70 anni bisognava stare chiusi in casa mi sono detto: "Sta parlando anche a me. Ma allora sono anziano!". Non è una cosa a cui ti prepari, ti ci trovi tutto in un colpo».

Dopo il virus che cosa succederà?

«Ci sarà un ridimensionamento delle politiche liberiste. Confido in un futuro più sostenibile, in tasselli di nuova economia da non misurare necessariamente attraverso il PIL. Che senso avrebbe ricostruire tutto come prima? Ci è data l'opportunità di fare un cambio di paradigma. Di reimpostare un sistema che dia più spazio ai territori e alle comunità. Penso che le tematiche della sostenibilità e della sovranità alimentare diventeranno all'ordine del giorno».

Sovranità alimentare? Pensa che ci voglia una nuova politica nella produzione del cibo che consumiamo?

«Non si può più pensare che il cibo lo produce uno solo per tutti. Abbiamo rubato spazio alla campagna, bisognerà riprenderselo per mettere in moto un'economia primaria al servizio delle comunità locali».

In un articolo su La Stampa ha fatto delle riflessioni sugli assalti ai supermercati e sull'importanza delle botteghe.

«Quando parlo di sostituire un'economia del profitto con un'economia dei beni comuni e delle relazioni parlo di tenere in vita altre realtà accanto ad Amazon e ai supermercati. Come appunto le botteghe o i piccoli negozi di quartiere. Dove vanno in questi giorni ad approvvigionarsi i vecchi che vivono nei paesini delle Langhe? Tutti ad Alba al supermercato?».

Come pensa possano sostenersi le piccole botteghe?

«Bisogna fare uno sforzo di fantasia. Io penso a una versione moderna delle botteghe, gestite da giovani. Con l'accesso a Internet. Con tutta una serie di servizi, dove magari si può ritirare la pensione. Ci vogliono nuove idee. A salvarci sarà la diversità».

E i ristoranti, la nostra filiera agricola di qualità, i tanti locali come ripartiranno?

«Dobbiamo prepararci a un paio di anni più tranquilli. Non ripartiremo a razzo con gli stessi fatturati perché non c'è la bacchetta magica. Dobbiamo prepararci a una strada in salita cercando prima di tutto di mettere in sicurezza i lavoratori. Noi per esempio siamo un'università privata, dovremo mettere una parte del personale in cassa integrazione mentre gli altri dovranno tenere in piedi la baracca. Ho chiesto però di fare un fondo comune per integrare il reddito di chi sarà in cassa integrazione. Ecco questo è il senso di comunità di cui parlo, di una dimensione più umana, di solidarietà. Ognuno nel suo piccolo può fare comunità: nel vicinato, nel quartiere, nel paese».

Non è che questa crisi invece servirà solo a far sviluppare in maniera enorme il commercio on line? Ti portano tutto a casa ed eviti di uscire e di metterti in pericolo...

«L'uomo è per sua natura sociale. Senza dubbio l'e-commerce ne uscirà rafforzato ma attenti non ci sono solo ricadute positive perché l'accentramento delle risorse in questo modo passa dalle mani di pochi a quelle di pochissimi. Io penso che questo discorso di far rifiorire le comunità andrà di pari passo con lo sviluppo dell'*on line*. Perché nella comunità c'è la sicurezza affettiva che su Internet non si trova. A Bra stiamo tutti chiusi in casa e quando esco per andare all'edicola non vedo nessuno. Ecco la comunità mi manca».

Che cosa sta leggendo in questi giorni?

«I miti del nostro tempo di Umberto Galimberti. Mi coinvolge perché mi domando se questi miti saranno ancora validi dopo questa guerra».

Petrini, come ne usciremo?

«Non come prima, ma meglio di prima».

a cura di Daniele Miccione

AL MERCATO IL MINIMO INDISPENSABILE SENZA FISSARSI SUGLI INGREDIENTI



Il primo invito questa settimana è di andare al mercato il minimo indispensabile. Laddove riuscite, informatevi sui tanti gruppi di acquisto e aziende agricole che fanno regolarmente consegne a casa. La priorità in questo momento resta contrastare la diffusione del Covid-19 ed è una cosa da prendere molto seriamente.

Tuttavia i mercati e il commercio dei generi alimentari non si fermano, anche se si iniziano a sentire i primi contraccolpi con conseguenze strane, che fanno impazzire i prezzi per brevi periodi. Scegliete quello che costa meno nel momento in cui uscite, non fissatevi su particolari ingredienti. Per esempio i prezzi dei cavolfiori romaneschi sono saliti alle stelle, mentre sono scese le zucchine. Ci sono problemi rispetto al coinvolgimento del personale che effettua la raccolta: pensate che ora che la Spagna ha subito anche lei un numero importante di contagi, uno degli "orti d'Europa" si sta pian piano fermando e questo impatta inevitabilmente tutto il comparto.

ALTALENA DEI PREZZI CHE AVANTAGGIA ALCUNI ACQUISTI

Da noi c'è un fenomeno particolare che è degno di grande considerazione. L'altalena dei prezzi è anche molto influenzata dal fatto che la ristorazione è completamente ferma, e alcuni prodotti da lei prediletti o di stagione stanno spuntando prezzi davvero stracciati. È il caso del pesce: a Milano, il principale mercato italiano, i ristoranti non comprano più, e al contempo i pescivendoli non possono disdire i loro accordi con i pescherecci, con il rischio di perderli in futuro. Per cui una grande quantità di pesce rimarrebbe invenduta e viene venduta a pochissimo. Lo stesso in questo momento vale per le fragole. Siamo in anticipo di due settimane e l'approvvigionamento è normale e regolare, ma la ristorazione e la pasticceria non assorbono prodotto, per cui oggi le troverete alla metà della settimana scorsa: tre euro circa contro i cinque o sei di sette giorni fa.

GLI ASPARAGI

E preparatevi perché da lunedì (22 marzo, ndr), quando entreranno nel grosso della raccolta importanti giacimenti come la Puglia e la Maremma, gli asparagi costeranno pochissimo. Oltre il 50% della loro produzione di solito è assorbita dai ristoranti, pizzerie, osterie. In stagione di solito non c'è locale che non li proponga in menù, ma questo non accadrà. Per cui ci sarà una sovrabbondanza inedita, davvero importante, e conseguenti prezzi irrisori.

Questo è il bollettino attuale dei mercati, ma non rinunciamo anche noi a darvi il nostro piccolo incoraggiamento per questo periodo davvero difficile. Forza!

Carlo Bogliotti

fonte: La Stampa, 20 marzo 2020

LIMONE, IL FRUTTO GIOIOSO DAI MILLE USI E PROPRIETÀ

Non serve solo a rendere più gustose le pietanze, è anche un potente antiossidante, rafforza il sistema immunitario e protegge il cuore

Il limone, fra cui il più famoso quello di Ischia e quello di Siracusa, come le arance e i cedri, ha un'origine orientale; ama il clima mite, mediterraneo, vicino alle coste.

Fa parte del gruppo della frutta acidula, caratterizzata, come tutti gli agrumi, da un'elevata presenza di acqua, acido citrico, vitamina C e da un basso contenuto di zucchero.

Il limone è il frutto meno calorico che abbiamo a disposizione. Cento grammi forniscono solamente 11 calorie ma, in genere, è poco utilizzato nelle diete dimagranti, perché non si presta a essere gustato come frutta fresca, a causa del sapore intensamente acidulo. Invece, è ideale come bevanda dissetante sotto forma di succo, che sempre fornisce solamente 6 calorie per 100 grammi. È anche usato come aromatizzante di altre bevande, basti pensare al tè al limone o anche la granita, che dissetano naturalmente, a basso apporto calorico.

È saggio, spesso, utilizzare il succo di limone al posto di altri aromatizzanti, come l'aceto, perché è molto ben tollerato dall'organismo. L'acido citrico contenuto in esso è, infatti, un acido debole che deacidifica lo stomaco, quando si soffre di gastrite. Ciò avviene perché gli acidi degli agrumi sono "deboli" e sotto l'azione dell'ossigeno si degradano facilmente e producono acido carbonico che si combina soprattutto col potassio e con il sodio del sangue e formano carbonati e bicarbonati, che così diventano una riserva antiacida, utile per prevenire e combattere i vari acidi.

È bene non dolcificare mai il succo di limone e, in genere, di tutti gli agrumi, perché gli zuccheri e il miele ne alterano il valore biologico che, in questo caso, può dar luogo a reazioni dannose per l'organismo, in quanto non può assimilare gli elementi acidi del limone, costringendolo a una maggiore secrezione di acido cloridrico, che provocherebbe più facilmente una gastrite.

La sua buccia possiede un aroma particolarmente gradevole dovuto alla presenza di un olio essenziale, costituito per il 90% da Limonene e, per il resto, da Canfene, Pinene e Fellandrene. I Limonoidi e il Limonane si trovano, soprattutto, nel frutto, nell'albero, nella buccia e nel succo, ecco perché si debbono utilizzare tutte le parti del limone.

Il succo ottenuto da un limone, di medie dimensioni, pesa 20 grammi e se ne consuma un porzione al dì aiuta molto la salute, infatti le sostanze sopra dette servono a prevenire malattie gravi, ma anche ad abbassare il colesterolo nel sangue.

A cura di Giorgio e Cinzia Myriam Calabrese

fonte: campagnamica.it

TITOLI VECCHI E NUOVI SCELTI PER TE

James G. Ballard
SUPER CANNES

**Feltrinelli, 2014, collana Universale
economica, pag. 372**

€ 10,00 (al socio € 8,50)

**disponibile in formato ePub con DRM per
tutti i dispositivi (eccetto Kindle) a € 6,99**

Protagonista del romanzo è Paul Sinclair, che accompagna la moglie Jane giunta con un incarico da pediatra ad Eden-Olympia, un complesso residenziale in Costa Azzurra dove lavorano quasi diecimila persone, e che ospita i dirigenti delle più potenti multinazionali del Pianeta. Sullo sfondo di una Provenza sempre più tecnologica, mentre Jane si dedica con impegno alla professione in quello che al primo momento sembra un paradiso, Paul si fa prendere dal sospetto. Perché il predecessore di Jane ha ucciso a fucilate dieci persone? Perché di tanto in tanto qualcuno dei residenti sparisce e se ne perde ogni traccia? Perché il dottor Penrose, lo psichiatra, ripete che Eden-Olympia sia un "laboratorio per il nuovo millennio", dove tutto è possibile? Eden-Olympia è stata progettata per essere una "città ideale, dove niente dal mondo esterno deve turbare l'ordine prestabilito"; come un grande parco tecnologico dove ogni conflitto di classe è eliminato e tutte le energie sono indirizzate alla produzione e all'innovazione. In realtà è una città virtuale dove gli abitanti possono "tranquillamente evitare di preoccuparsi l'uno dell'altro", dato che "non sono più costretti ai vincoli e agli equilibri che caratterizzano la vita di una comunità". Tutto qui viene scandito e regolato dal lavoro, a scapito di ogni aspetto della vita sociale ed affettiva degli abitanti; non esiste più vita pubblica: "la democrazia rappresentativa era stata sostituita dalle telecamere di sorveglianza e da un corpo di polizia privata". Il governo della città è nelle mani di un consiglio di amministrazione che pianifica nei minimi dettagli la vita degli abitanti, senza lasciare spazio a nessuna iniziativa personale, con l'obiettivo di rendere i manager sempre più produttivi. Qui l'ordine regna sovrano e allo Stato è affidata una funzione amministrativa per regolare ciò che sfugge all'organizzazione stretta della rete produttiva; il ruolo è svolto sia con l'ausilio della polizia, sia limitando i diritti solo a chi accetta un lavoro salariato.

Con uno sguardo lucido e freddo, privo di ogni giudizio morale, l'autore ci fa riflettere sui meccanismi in mutazione dell'organizzazione produttiva e della forma Stato nei

suoi aspetti di controllo sociale.

Isabelle Huot, Denis Roy
STIMOLARE IL SISTEMA IMMUNITARIO
**Gli alimenti chiave per sviluppare le
difese personali**

**Punto d'Incontro, 2010, collana "Salute e
benessere", pag. 192**

€ 12,90 (al socio € 10,97)

**disponibile in formato EPUB per tutti i
dispositivi (eccetto Kindle) a € 7,99**

Adottando una sana alimentazione, associata a sane abitudini di vita, possiamo fornire al nostro organismo gli elementi essenziali per lottare più efficacemente contro le malattie. Infatti il nostro corpo può contare su un formidabile alleato per mantenersi in buona salute: il sistema immunitario, che lo aiuta a difendersi dagli agenti nocivi. Contrastare gli attacchi esterni e lo stress che l'organismo subisce ogni giorno è possibile: infatti molte sostanze nutritive presenti nella nostra alimentazione sono in grado di influenzare in maniera positiva l'equilibrio del sistema immunitario; tra queste in particolare i probiotici e i prebiotici, nonché gli integratori alimentari come i fitoestratti, hanno la proprietà di favorire l'immunità.

Gli autori sono ambedue nutrizionisti: Isabelle Huot ha preso parte a vari progetti di ricerca in Canada e altri Paesi; lavora come consulente per diverse aziende e collabora con varie testate giornalistiche ed emittenti radiotelevisive. Denis Roy è professore al Dipartimento di Scienze dell'alimentazione e della nutrizione presso l'Università Laval; è titolare della cattedra industriale di tecnologia e tipicità casearia, nonché della cattedra di ricerca del Canada in biotecnologie delle colture lattiche d'interesse lattiero-caseario e probiotico.

Douglas Schar

**Echinacea, la pianta che stimola le difese
immunitarie**

**Tecniche Nuove, 2000, collana
Fitoterapia, pag. 136**

€ 12,90 (al socio € 10,97)

L'echinacea è una pianta officinale in grado di interrompere il ciclo delle infezioni batteriche croniche; contrastare i sintomi iniziali di un'infezione batterica; accelerare la guarigione di ferite, scottature, punture di insetti e morsi velenosi; portare sollievo in condizioni croniche come artrite e malattie della pelle. Pur svolgendo un ruolo importante nel lenire molti disturbi, l'echinacea può essere ancora più efficace nella prevenzione.

Il libro, scritto da un medico specializzato in piante medicinali immunostimolanti, è una guida ideale per coloro che cercano informazioni complete e pratiche sull'uso di questa efficace erba medicinale; vengono indicati i dosaggi da impiegare in relazione a disturbi specifici, spiegando quali preparati cercare e fornendo molti altri riferimenti utili, con l'obiettivo di fornire al consumatore tutte le informazioni necessarie per effettuare la scelta migliore e per trarne il maggior beneficio.

Douglas Schar è medico, botanico ed erborista; è specializzato nello studio e nell'utilizzo di piante, erbe o alimenti che rendono il corpo forte e sano. Da molti anni si interessa alle piante utilizzate dalle culture tradizionali per aumentare la salute, piante che hanno una miracolosa capacità di aumentare la vitalità e assicurare il benessere.

A cura di Graziella Somenzi

ACQUISTA I TUOI LIBRI
IN CFL:
CONVIENE!

-15%

Ordina i tuoi libri anche
comodamente da casa
su libri.cfltreviglio.it