



Numero XXXVIII del 13/10/2016

Cooperativa Aequos

## NOTIZIARIO

a cura del tavolo produttori

<http://www.aequos.eu> rimani in contatto con Aequos su facebook. Diventa Fan della pagina ufficiale



## LETTERA DA L'APE FELICE

A seguito della stagione apistica passata, ho deciso di aumentare i prezzi di vendita del miele. La produzione, ha avuto per ragioni ambientali, un calo vertiginoso, stimato a livello nazionale, intorno al 70%.

L'apicoltura ormai da alcuni anni soffre e vede un costante, inesorabile calo di produzione, dovuta a problemi ambientali, climatici e di inquinamento.

E' diventato un lavoro particolarmente complesso, è difficile mantenere in vita le api che sottoposte a continui shock climatici e avvelenamenti, sono sempre più deboli e messe alla prova.

Parlando anche con apicoltori più anziani di me, che praticano questa professione da molti anni in più, ho avuto conferma di questi dati e della straordinarietà di anni come quelli passati e soprattutto della stagione appena conclusa.

Non si era mai verificato un calo così drastico sulle produzioni e ancora più particolare è l'estensione a tutto il territorio nazionale di questo fenomeno, e per tutte le tipologie di miele.

Per quanto riguarda la mia azienda, rispetto all'anno scorso, ho avuto un calo di produzione superiore all'80% per il raccolto di acacia, del 50% per millefiori e il miele di bosco.

E un aumento del 20% della produzione di castagno che però non fa testo, in quanto negli ultimi anni, un parassita dei castagni, ne aveva azzerato le produzioni, toccando nelle mie zone, il picco negativo tre anni fa. Un veloce miglioramento dato dall'inserimento di un insetto antagonista, sta per il primo anno dando buoni risultati per quanto riguarda la salute dei castagni, e aumentando leggermente le medie produttive per questo miele.

Mi vedo costretto ad aumentare il pezzo del miele, solo per adeguarmi ad un valore di vendita all'ingrosso che come ogni anno viene definito a livello nazionale in base alle medie di produzione. Quest'anno, il miele all'ingrosso, ha raggiunto quotazioni così alte da superare il valore a cui lo vendevo l'anno scorso al dettaglio.

Ho deciso di scrivere una lettera che potesse far capire ai clienti che da tempo si servono del mio miele, le vere ragioni della scelta fatta chiedendo comprensione a tal riguardo.

Le mie scelte di conduzione e gestione degli alveari, non sono cambiate, la qualità e l'amore con cui faccio questo lavoro, rimangono sempre molto alti e per questo credo di offrire un buon prodotto.

Confido e credo che gli anni prossimi potranno essere migliori e in qualche modo compenseranno le difficoltà di quest'anno.

Vi ringrazio per continuare a sostenere e ad apprezzare, il frutto del mio lavoro e di quello delle api.

in fede  
Luca Cavalca

# MANGIARE BENE PER VIVERE IN SALUTE



Più di 230 persone hanno partecipato al primo incontro di tre della rassegna "**Mangiare bene per vivere in salute**", svoltosi a Saronno, presso l'aula magna della scuola Aldo Moro domenica 9 ottobre. Con la **dott. ANTONELLA FERZI** abbiamo cercato di individuare gli elementi, stile di vita e alimentazione, su cui possiamo agire per "difenderci dalle malattie degli anni 2000", in accordo con il Codice Europeo con il cancro.

Fumo, alcolici, carne rossa e insaccati, zuccheri e sedentarietà sono certamente i principali nemici della salute. Valido alleato è invece un'alimentazione

principalmente vegetale, ricca di verdure di stagione, legumi, fibre e cereali integrali che contribuiscono a tenere sotto controllo la glicemia. L'indice glicemico, infatti, quando è elevato, anche senza raggiungere i valori patologici, stimola il rilascio di fattori di crescita che possono diventare "nocivi" per la nostra salute.

Insieme allo **chef FRANCESCO dell'Associazione Macrobiotica l'Ordine dell'Universo di Milano** abbiamo imparato che si può mangiare cibi gustosi totalmente vegetali. Ne è stata dimostrazione il delizioso e apprezzato buffet totalmente vegetale e **SENZA zuccheri aggiunti** (farro alle verdure, humus di ceci con tacos, budino di miglio e torta alle carote) preparato dallo chef insieme a una squadra di volontari.



Il **secondo appuntamento** della rassegna è previsto il prossimo **23 ottobre**, e vedrà la partecipazione della **nutrizionista ELENA ALQUATI** (Ordine dell'Universo) che ci spiegherà **come costruire un piatto vegetale bilanciato**, e del **tecnologo alimentare ROBERTO CHIESA**, che ci aiuterà a **leggere le etichette degli alimenti**.

Il **terzo appuntamento**, previsto domenica **6 novembre**, vedrà il ritorno della **dott. ANTONELLA FERZI** (oncologa dell'Ospedale di

Legnano) che ci parlerà dell'**alimentazione nei bambini**.

Per entrambi gli eventi, ci sono ancora posti liberi. L'iscrizione è gratuita e non obbligatoria, ma è di grande aiuto per l'organizzazione dell'evento.

# MANGIARE BENE PER VIVERE IN SALUTE

il secondo e terzo incontro si terranno  
nei pomeriggi del 23 ottobre e 6 novembre.

Ricordiamo che gli eventi sono aperti a tutta la cittadinanza, la preiscrizione on-line dal sito non è obbligatoria ma ben gradita.

**Si richiede la presenza dei volontari per la preparazione del buffet  
domenica mattina dei giorni  
23 ottobre e 6 novembre.**

Per eventuali disponibilità: [cultura@aequos.eu](mailto:cultura@aequos.eu)



## ATTENZIONE

la locandina dell'evento  
è scaricabile sul sito di Aequos

<http://www.aequos.eu/images/icagenda/files/manifestoalimentazioneesalute.pdf>

## FREEDHOME - CREATIVI DENTRO

Tra i primi eventi che hanno beneficiato del finanziamento istituito quest'anno dalla nostra Cooperativa, segnaliamo quello organizzato da **NOI DEL TOSI** per il **19 novembre presso ITE Tosi Busto Arsizio - via Stelvio, 173** (il volantino è come sempre sul sito).

## NE VALE LA PENA

incontro con il mondo dell'economia carceraria  
in collaborazione con

## FREEDHOME - CREATIVI DENTRO

L'importante progetto di questa rete di cooperative sociali ci verrà illustrato, già nel prossimo notiziario, dal suo Vicepresidente Marco Girardello.

# AAA VIDEO MAKER CERCASI



Il **TAVOLO FORMAZIONE E CULTURA** cerca gasisti che abbiano voglia di impegnarsi nella realizzazione di alcuni video "didattici" che raccontino ai Gas (ma non solo) la storia e l'organizzazione di Aequos. Il progetto è di dimensioni limitate ma vorremmo formare un gruppo di 4-5 persone che possano realizzarlo nei prossimi mesi.

Chi pensa di poter partecipare scriva a: [cultura@aequos.eu](mailto:cultura@aequos.eu)

**Grazie!!**

## TAVOLO STRATEGICO e PARTECIPAZIONE

- TAVOLO PRODUTTORI** - 14 gas partecipano attivamente
- TAVOLO CULTURA** - 8 gas partecipano attivamente
- TAVOLO COMUNICAZIONE** - 4 gas partecipano attivamente
- TAVOLO QUALITA'** - 8 gas partecipano attivamente
- TAVOLO AMMINISTRATIVO** - 6 gas partecipano attivamente
- TAVOLO INFORMATICO** - 7 gas partecipano attivamente
- GRUPPO SICUREZZA** - 5 gas partecipano attivamente
- GRUPPO SBANCALATORI** - 8 gas partecipano attivamente

## SONDAGGIO

Ciao a tutti,

vi proponiamo un piccolo e veloce sondaggio con il doppio scopo:

- provare a contare quanti GAS leggono il NOTIZIARIO
- contare di quante FAMIGLIE e di quante PERSONE è composto AEQUOS

### COME FARE?

scrivete una semplice mail a

[notiziario@aequos.eu](mailto:notiziario@aequos.eu)

indicando:

- **nome** del vostro GAS
- di **quante famiglie** è composto il vostro GAS
- di **quante persone** è composto il vostro GAS

in questo conteggio **NON** contiamo quello che è il così detto SOTTOGAS

**RISPONDI** anche se non sei tu il **REFERENTE AEQUOS DEL TUO GAS**  
meglio ricevere più risposte dallo stesso GAS che non ricevere niente

**UN GROSSO GRAZIE**  
**A TUTTI COLORO CHE VORRANNO COLLABORARE**  
**ALLA BUONA RIUSCITA DI QUESTO SONDAGGIO**

## QUESTI I TURNI DEL 14-15 ottobre

### **SBANCALAMENTO VENERDI' SERA:**

RITROVO PRESSO IL MAGAZZINO AD UBOLDO DALLE 17.30 IN AVANTI: **GASPITA e VENGAS**

L'organizzazione della distribuzione di sabato mattina sarà:

#### **Punto logistico LEGNANO**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **7,45** in via Di Vittorio, 12 a SAN GIORGIO SU LEGNANO

#### **Punto logistico VANZAGHELLO**

Gas di turno: **GASELLO e IL CARDO** con ritrovo per questo gas alle ore **8.45** a Vanzaghella in Piazza Pertini.

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore 9.00 alle ore 10.00

#### **Punto logistico VARESE**

Gas di turno: **GASAUER** con ritrovo per questo gas alle ore **9.30** a Oggiona S.Stefano in via Bonacalza 16.

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico devono essere presenti puntuali alle 9,30

#### **Punto logistico SESTO CALENDE**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **10.45** in Via Roma a VERGIATE

---

#### **Punto logistico SARONNO-GASUSA**

A GASUSA la consegna verrà effettuata alle **7.45**.

#### **Punto logistico CESATE**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **8.15**.

### **Punto logistico BUSTO ARSIZIO**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare **alternativamente alle 8.00 o alle 9.00**

### **Punto logistico MILANO**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore **9.00**

### **Magazzino UBOLDO**

Gas di turno: **MIGASO** con ritrovo per questo gas alle ore **8.15** in via Monte Grappa 277 a UBOLDO

**Per i GAS che ritirano a Uboldo, il ritiro avverrà secondo la tabella seguente in cui diamo un orario di ritiro per ogni gas.**

ORARIO		GAS 1	GAS 2
dalle 8.30	alle 8.40	CISGASO	GASAMOS
dalle 8.40	alle 8.50	AIRONGAS	
dalle 8.50	alle 9.00	SUPERCENTRONE	Ass. LA TARTARUGA
dalle 9.00	alle 9.10	GASLOCO	Coop. CIELO
dalle 9.10	alle 9.20	GASPITA	GAS PICCOLO
dalle 9.20	alle 9.30	GASPACCIO	GASINISTI
dalle 9.30	alle 9.40	SARGASS	ROVELLASGAS
dalle 9.40	alle 9.50	GASIAMOCI	MIGASO

## **LINK UTILI**

### **SITO AEQUOS:**

<http://www.aequos.eu>

### **TURNI SI SMISTAMENTO E SBANCALAMENTO:**

<http://www.aequos.eu/turni>

### **CALENDARIO ROTAZIONE PRODOTTI:**

[http://www.aequos.eu/documents/calendario\\_prodotti\\_a\\_rotazione.xls](http://www.aequos.eu/documents/calendario_prodotti_a_rotazione.xls)

### **ARCHIVIO NOTIZIARIO (dal 9 ottobre 2014):**

<http://www.aequos.eu/index.php/archivio/notiziario-produttori>

### **SCHEDE PRODOTTI:**

<http://www.aequos.eu/index.php/produttori/prodotti-aequos>

## SCHEDE INFORMAZIONI VARIE PRODOTTI:

<http://www.aequos.eu/index.php/archivio/informazioni-prodotti>

## APPUNTAMENTI ED EVENTI SUL TEMA GAS/SOSTENIBILITA'

<http://www.aequos.eu/index.php/eventi>

# NON DIMENTICARE !

E' utile che vengano resi :

- ↗ le scatole di cartone grandi delle uova, non i singoli contenitori
- ↗ i termobox **puliti**
- ↗ le cassette di plastica nere, solo per i GAS che ritirano al magazzino di Uboldo
- ↗ le ceste del pane

## PROSSIMI INCONTRI DEI TAVOLI DI LAVORO

- ❖ ***Tavolo Produttori e Logistica:* Mercoledì 19-ottobre-2016**  
alle ore 21.00 presso la sede della Pro-Loco di Origgio  
Origgio - via Dante Alighieri, 15

**Se vuoi partecipare sei ben accetto.  
VIENI TI ASPETTIAMO!**

Ricordatevi che i consiglieri sono disponibili ad incontrarvi  
durante le riunioni dei vostri GAS  
Invitateli scrivendo a [amministrazione@aequos.eu](mailto:amministrazione@aequos.eu)

## Se vuoi avere informazioni e/o devi comunicare con i TAVOLI:

- NOTIZIARIO [notiziario@aequos.eu](mailto:notiziario@aequos.eu)

Potete inviare nuovi articoli e/o eventuali osservazioni e suggerimenti riferiti al notiziario

- TAVOLO QUALITA' [qualita@aequos.eu](mailto:qualita@aequos.eu)

Dovete inviare le foto delle segnalazioni di non conformità qualitative dei prodotti distribuiti, o comunque qualsiasi altra informazione riferita alla qualità

- TAVOLO AMMINISTRATIVO [aequosadm@aequos.eu](mailto:aequosadm@aequos.eu)

Potete inviare le comunicazioni di mancanze di interi colli e non le differenze di peso che vanno segnalate alla qualità

- TAVOLO CULTURA [cultura@aequos.eu](mailto:cultura@aequos.eu)

Potete comunicare tutte le iniziative che si possono proporre sul territorio e/o eventuali osservazioni e suggerimenti sulle iniziative culturali e di formazione

- TAVOLO PRODUTTORI [produttori@aequos.eu](mailto:produttori@aequos.eu)

Potete inviare nuove segnalazioni di produttori o informazioni logistiche sulle distribuzioni

