



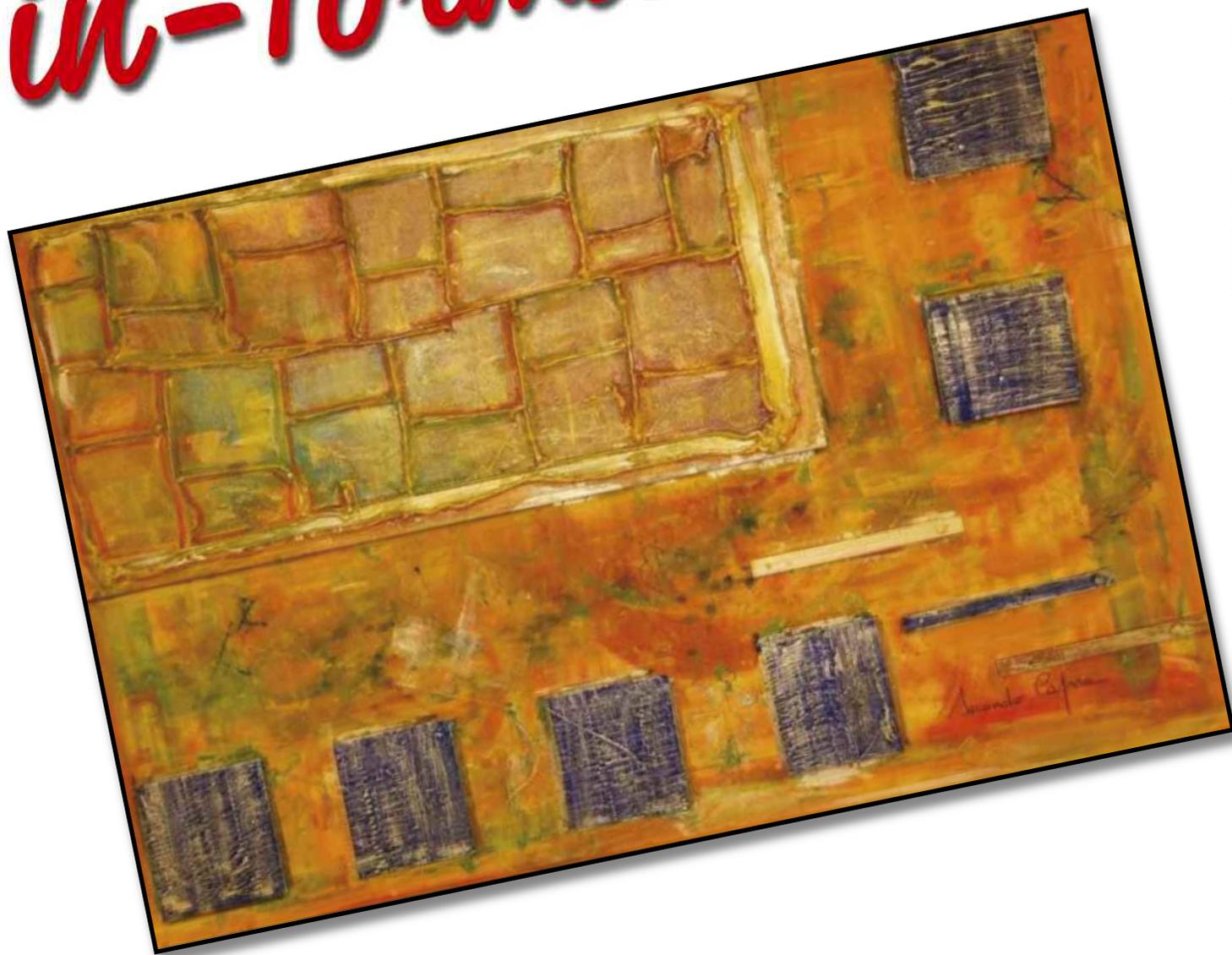
RISTO3

26/188

luglio - agosto 2010
Periodico di informazione Aziendale

Spedizione in a.p. D.L. 353/2003 - Editore Risto3 s.c. - Registrazione Tribunale n. 1359 del 7/05/2008 - Direttore responsabile: Walter Liber - Stampa "Grafiche Futura" S.R.L. Via della Cooperazione, Mattarello di Trento - periodicità mensile

in-forma



COPERTINA: Secondo Capra - "Mercato etnico" - 2007

VITA DI COOPERATIVA

PROGETTO DI FORMAZIONE ALLA CULTURA COOPERATIVA

La Federazione della Cooperazione Trentina ha progettato e attuato tra il 2009 e maggio 2010, un percorso di formazione cooperativa per alcuni soci delle cooperative aderenti. La formazione cooperativa può aiutare, in un momento politico-sociale privo di grandi riferimenti culturali e valoriali a trovare e rileggere parole che, lungi dall'aver perso significato, hanno bisogno di nuove declinazioni.

I testi che seguono mettono in evidenza gli stimoli e riflessioni che i nostri colleghi hanno ricevuto e condividono con noi.

“E' un vero piacere condividere con tutti i colleghi la mia partecipazione al progetto di formazione alla cultura cooperativa “Maestri Cooperatori” organizzato dalla Federazione Trentina della Cooperazione.

Il corso è stato molto impegnativo e altrettanto interessante sia per l'aspetto culturale e morale, sia perché mi ha dato l'opportunità di confrontarmi con altre persone, con altre esperienze, con altri punti di vista.

Desidero soffermarmi sulle tante discussioni nate nel nostro gruppo di lavoro, non solo sugli aspetti più tecnici della gestione aziendale (obiettivi, strategie, efficienze, ecc), ma anche su aspetti mutualistici che comprendono ad esempio la reciprocità, l'eguaglianza e il rispetto. Tutti valori molto importanti che, se tenuti presenti nel normale vivere quotidiano, favoriscono un modo di agire responsabile, altruista e coerente non solo nell'ambito lavorativo ma anche nella vita di tutti i giorni. Ritengo quindi che questi principi ed in parti-



colare quello della reciprocità, diventino fondamentali per il nostro “modo di fare cooperativa”.

Una cooperativa del “NOI” che ha rispetto per i bisogni individuali di tutti e, nel contempo, ha bisogno di altruismo per far sì che tali bisogni si possano realizzare.

Concludo dicendo che, nonostante il grande impegno richiesto, grazie a questo corso ho acquisito una maggiore consapevolezza di “far parte del sistema cooperativo” e auspico una sempre maggiore informazione/formazione da parte di Risto 3 per favorire massima conoscenza e massima condivisione di tutte le scelte aziendali.”

Sara Villotti



“Nel corso dell'anno 2009 la Federazione Trentina delle Cooperative ha organizzato un nuovo corso per capire e approfondire il significato della parola "Cooperazione". Assieme ad altre colleghe ho partecipato al percorso formativo che si è concluso qualche mese fa. Obiettivo del corso era quello di creare nei partecipanti una base storica, giuridica ed economica che aiutasse a capire l'essenza stessa della cooperazione, così da permettere una differenziazione rispetto alle altre forme di "fare" impresa. Le tematiche affrontate, impegnative e complesse, hanno favorito una crescita di consapevolezza e di competenze. Oltre a quanto considerato, mi è stata data la possibilità di conoscere altre realtà del movimento cooperativo trentino: in diverse occasioni le lezioni sono state tenute presso cooperative associate che hanno premesso una breve presentazione al momento formativo. Tra i molti concetti oggetto delle lezioni e discussioni fra i partecipanti, alcuni più di altri hanno favorito una riflessione maggiore, portandomi a dare un significato e rilevanza differente rispetto al passato. Tra essi il termine eguaglianza, dove il progresso deve essere un'evoluzione delle opportunità per tutti, senza alcuna discriminazione; un più profondo significato dato al concetto di intergenerazionalità, dove lo sviluppo passa anche per il rinnovamento in modo da garantirne le basi per il protrarsi nel tempo, permettendo alle generazioni future di beneficiarne; partecipazione, dove le persone che vivono in comunità, qualunque essa sia, devono essere coinvolte nei processi che li riguardano. Agevolare la partecipazione è una garanzia della sostenibilità della cooperativa, perché solo attraverso la partecipazione gli individui possono apportare le proprie idee ed essere artefici del loro avvenire. Ultimo concetto che vorrei riportare, è quello inerente alla mutualità che agevola i soci attraverso l'erogazione di condizioni di lavoro migliori rispetto a quelle che potrebbero ottenere nel mercato, condividendo un progetto comune e permettendo uno scambio di interessi a diversi livelli. Certo il corso ha messo in luce, anche attraverso il confronto

con gli altri partecipanti i limiti e le contraddizioni del sistema, ma che pongono le basi per una riflessione costruttiva finalizzata al porre le persone sempre più al centro della cooperativa.

Andrea Cecco



“L'anno scorso il Direttore mi ha proposto di seguire un corso delle Cooperative Trentine intitolato "Maestri Cooperatori".

Al momento della proposta non ho risposto, ma il mio pensiero era comunque crescere e formarmi sul tema cooperazione, quindi ho accettato.

Sono stata molto contenta di questo corso ed ora ho un diploma. I temi trattati sono stati tutti interessanti, dalla nascita, quindi storia della cooperazione mondiale e trentina, all'organigramma di una cooperativa, alla Carta dei Valori della cooperazione, al tema dell'economia, al mutualismo e ai principi morali. Non credevo che la parola "cooperazione" avesse degli argomenti così vasti; infatti tante volte quando si parla cooperazione si pensa al collaborare insieme all'interno del centro per cui lavoriamo, invece è tutto un collaborare anche con altre realtà.”

Sabrina Morelli



DAL COMMERCIALE

- Risto 3 si è **aggiudicata** la gara d'appalto per il servizio di ristorazione della **casa di Riposo di Rovereto**. L'affido è di 3 anni prorogabili per altri 3 e prevede la preparazione di circa 800/900 pasti giornalieri. Ancora una volta il nostro Progetto di Qualità presentato è stato giudicato nettamente migliore rispetto a quello delle altre aziende concorrenti ed ha compensato ampiamente un importo a pasto maggiore offerto da Risto 3. E' un nuovo e gratificante segnale della validità della politica di quali-

tà, correttezza e serietà che da sempre contraddistingue la nostra Azienda. E' giusto ringraziare tutti coloro che hanno contribuito a tale risultato e in particolare tutti gli operatori impegnati direttamente nel servizio e quanti hanno collaborato con l'Ufficio Commerciale nel redigere il Progetto Qualità.

- Risto 3 ha prolungato il contratto di ristorazione aziendale con la **ditta Dormer di Rovereto** fino al 31.12.2013.

VITA DI COOPERATIVA

DUE DELEGAZIONI STRANIERE VISITANO RISTO3

Nel mese di maggio due delegazioni straniere sono state ospiti della cooperazione trentina: la delegazione della Russia e quella della Corea del Sud.

L'incontro con la delegazione Russa è avvenuto presso la saletta del Ristorante "Gusto della Cooperazione" e hanno partecipato

per Risto 3 la Presidente Lidiana Piol ed il Direttore. Gli ospiti si sono dimostrati molto interessati al nostro modello cooperativo.

La delegazione coreana ha visitato la struttura "Ristorante Gaia", ha discusso le tematiche della cooperazione assieme alla Presidente Caumo ed al Direttore.



ALIMENTAZIONE D'ESTATE

Cercate di non saltare mai i pasti d'estate

Tre pasti (anche frugali) al giorno sono il minimo: l'organismo, a corto di energia e di minerali, fa sentire più spossati e intolleranti al clima torrido. A complicare la situazione si aggiunge l'abbondante sudorazione che priva

l'organismo di grandi quantità di sali minerali, da reintegrare costantemente per evitare cali di pressione e malesseri tipici da caldo. Ecco perché, anche se non si fa un pasto completo, è importante non farsi mai mancare i vegetali freschi ricchi di liquidi, vitamine e potassio.

Meglio piccoli spuntini

In estate la digestione è più lenta ed è facile sentirsi appesantiti. Per agevolare il lavoro dello stomaco e dell'intestino è meglio frazionare il più possibile la giornata in piccoli spuntini a base di frutta, verdura, yogurt, formaggi freschi e leggeri, carne magra e pesce cotto alla griglia. Da evitare, invece, pastasciutta o risotti conditi in modo elaborato, formaggi stagionati e salumi grassi come salame o mortadella.



Evitate i piatti ghiacciati

Attenzione a mangiare piatti ghiacciati, appena tolti dal frigorifero. Si rischiano congestioni e nausea. Il miglior modo per combattere il caldo è consumare i cibi ad una tempera-

tura vicina a quella corporea. In questo modo la digestione viene facilitata e non si creano scompensi. ok ai cibi freschi ma con l'accortezza di lasciarli intiepidire a temperatura ambiente.

Usate le spezie

Peperoncino e spezie corroboranti sono perfette da portare sulla tavola estiva perché stimolano la vasodilatazione che, a sua volta, induce maggior sudorazione e, quindi, l'eliminazione del calore corporeo.



Contro il pericolo della disidratazione puntate sui cibi mangia e bevi

D'estate il fabbisogno di acqua aumenta anche del 100%. Caldo e sole asciugano l'organismo, penalizzando il suo buon funzionamento e i processi di difesa. Tra la frutta, **l'anguria** è quella che contiene la maggior percentuale idrica (fino a 95,3%) mentre, tra le verdure, questo primato spetta **al cetriolo** (96,5%). Entrambi appartengono alla specie botanica delle cucurbitacee caratterizzate da un'elevata concentrazione d'acqua biologica-

mente viva. Inoltre l'anguria regala tanta trasgressiva dolcezza con un peso calorico minimo perché questo frutto è, in assoluto, **il frutto meno energetico (15 calorie ogni 100 g)**.



VITA DI COOPERATIVA

ESTATE IN COOPERATIVA

INDOVINELLI per mettersi alla prova (soluzioni in fondo alla pagina)

1. Non si muove... eppure arriva ovunque. Cos'è?
2. Se le unisci, dividono..
3. Tre mamme hanno ognuna 2 figlie. Devono andare al cinema e nella sala sono rimasti solo 7 posti. Eppure riescono a sedersi tutte quante, perfettamente. Come è possibile?
4. E' tuo ma lo usano quasi sempre gli altri... Che cos'è?
5. Ha i denti, eppure è sempre a digiuno. Di cosa parliamo?
6. Stai partecipando ad una corsa. Un attimo prima di tagliare il traguardo riesci finalmente a superare il secondo. In che posizione arrivi?
7. Ieri lo è stato, domani lo sarà...
8. Una signora entra in una ferramenta per comprare un oggetto, e ne chiede il prezzo al commesso che risponde: "Per uno, spenderà un euro, per dodici, due euro". "E per 144?", chiede la signora. Il commesso replica "Ovviamente tre euro". Qual è l'oggetto che vuole comprare?

SORRIDERE ..FA BENE ALLA SALUTE

Perché non si è mai visto uno scheletro buttarsi col paracadute?

- Perché non ha fegato.

Cosa hanno in comune una pulce ed una gallina?

- Che entrambe fanno i pulcini.

Perché i pesci hanno le spine?

- Perché sott'acqua c'è corrente

Che cos'è uno psichiatra?

- Un tizio che ti fa un sacco di domande costose che tua moglie ti fa gratis...

Che cos'è un equinozio?

- Un matrimonio fra cavalli.

Plic... plic... plic... AAAAAAAHHHHHHHHH! Che cos'è?

- Un rubinetto che prima perdeva e poi ha pareggiato.

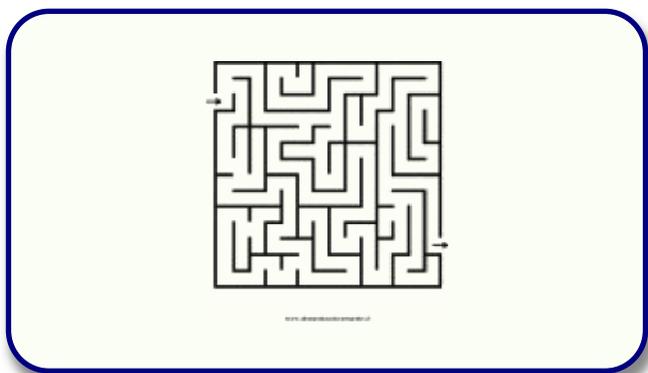


Soluzioni:
 (1) la strada (2) le forbici (3) una delle mamme è nonna, ossia mamma di (almeno) una delle altre mamme (4) il nome (5) il pettine (6) sempre secondo sei! (7) oggi (8) sono i numeri civici; quindi numeri ad 1 cifra costeranno 1 euro, a 2 cifre 2 euro, a 3 cifre 3 euro.

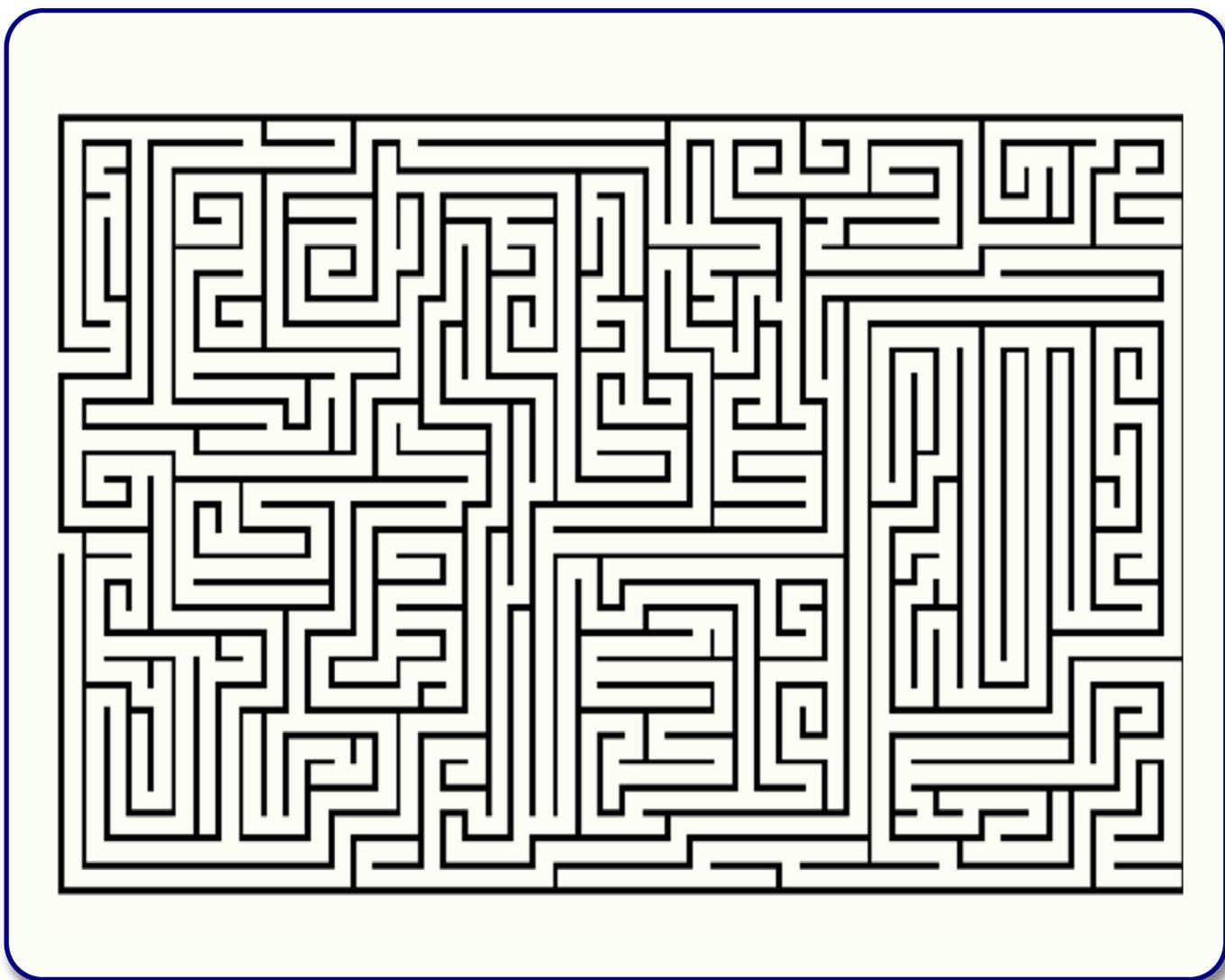


RICETTE PER L'ESTATE

SI COMINCIA DAL PIÙ SEMPLICE...



...E SE NON HAI PAURA DI PERDERTI



IL SEGNO DEL MESE

LEONE



Come suggerito dal suo simbolo, il segno del Leone è il più fiero dello Zodiaco. Il suo modo di porsi è principesco. E' naturalmente elegante e il suo fascino naturale lo porta spesso a posizioni di comando, se non di dominio. Il Leone ama sentirsi al centro dell'attenzione e può arrivare a soffrire, se non gli si dà la corda che è convinto di meritare. E' talmente abituato ad avere carisma che, affinché gli venga riconosciuto, può cedere all'adulazione di personaggi di dubbio merito.

Il Leone sa organizzare il lavoro come pochi altri, rispetto ai quali non e' più informato, ma solo più carismatico. Tende a lasciare ad altri la parte più operativa di ogni attività, di ciascun progetto, e guarda tutto dall'alto. Il Leone ha un modo di porsi verso le sfide che denota un coraggio formidabile, che non ha rivali. Conscio della propria diversità, si lancia in prove che spaventerebbero chiunque.

La grandezza del Leone si misura anche nei termini della sua generosità. Si farebbe in quattro pur di aiutare chi e' meno fortunato di lui. Inoltre, non è un re che accetta provocazioni da chi ritiene inferiore. Se subisce un torto, regalmente perdona e non fa pesare le manchevolezze altrui. In questo, è doppiamente encomiabile, perchè la sua natura di segno di Fuoco lo porterebbe a reagire con stizzito orgoglio alle provocazioni!

Personaggi importanti di questo segno sono:

Andy Warhol, Carl Gustav Jung, Bill Clinton, Charlize Theron, Jennifer Lopez, Madonna, Napoleone I, Barack Obama

Colore da portare: giallo oro

Metallo: oro, simbolo della sapienza

Fiore: girasole

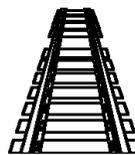
Pietra Portafortuna:diamante

Giorno favorevole: domenica, il giorno del Sole



Arrivi

ALBANESE FLORA
CAIA FLORIN
CAUSHAJ INA
DE ROCCOGLORIA
LEONI IGOR
LONGO LORELEY
MIORI CARLA
NARDON MARA
TOMASI LUCIA
VICENTIC MIRJANA



Partenze

DE ROCCO GLORIA
FACCHINI ROBERTA
MANCOSU MARIKA
PETRUSEVICI OLESEA



Il socio Dandrea Nicola ci comunica la nascita di Giulia avvenuta il 12/06/2010

Felicitazioni vivissime dalla Cooperativa