



NUMERO 44 del 21.11.2024

NOTIZIARIO DELLA COOPERATIVA

WWW.AEQUOS.BIO

Sequici sulle pagine ufficiali **FACEBOOK**  e **INSTAGRAM** 

FESTA DI AEQUOS DOMENICA 16 FEBBRAIO 2025 
TENETEVI LIBERI!

PRESENTAZIONE DEL LIBRO I SOVRANI DEL CIBO 
Martedì 26 novembre ORE 21 online



A cura del Tavolo Formazione e Cultura
Cooperativa Aequos

Serata online con gli autori del libro

I SOVRANI DEL CIBO

Nel 2000
10 società
avevano in mano
il 40% dei semi.
Oggi solo 4
ne controllano
la metà.

Alessandro Franceschini
Presidente di Altromercato
Duccio Facchini
Direttore di Altreconomia

martedì 26 novembre 2024 ore 21.00

piattaforma WEBEX
<https://cooperativaaequos.my.webex.com/meet/info>

Raccomandiamo di collegarsi circa 10 minuti prima dell'orario indicato

Vi aspettiamo numerosi! Contatti: cultura@aequos.bio

Martedì 26 novembre h 21 online su webex presenteremo il libro "I sovrani del Cibo", di Duccio Facchini - direttore di Altreconomia - e Alessandro Franceschini - presidente di Altromercato.
→<https://altreconomia.it/prodotto/i-sovrani-del-cibo/>

"Chi decide che cosa mangiamo e a quale prezzo? Chi sono i sovrani del cibo? Un'inchiesta sulla speculazione e la battaglia per la trasparenza alimentare. Dalla metà degli anni Sessanta la produzione di cibo a livello globale è cresciuta del 300%, eppure ancora oggi la malnutrizione continua a ridurre l'aspettativa di vita di milioni di persone: 783 milioni di esseri umani -cioè il 9% della popolazione mondiale- hanno sofferto la fame cronica nel 2023 e più di 333 milioni hanno affrontato livelli acuti di insicurezza alimentare. Il tutto mentre un pugno di multinazionali dell'agroalimentare controllate da pochissimi e ricchissimi fondi speculativi ha registrato negli ultimi anni profitti record, godendo di sussidi andati a scapito della salute delle persone e dell'ambiente. Com'è stato possibile questo "sacco del cibo" e quali strumenti hanno a disposizione i consumatori "attivi" per costruire un'alternativa giusta, superando un modello per il quale tre quarti del cibo che consumiamo oggi proviene da sole dodici specie

vegetali e da cinque animali?

Dall'osservatorio di Altreconomia e di Altromercato, un saggio divulgativo che con il piglio dell'inchiesta economica vuole svelare chi sono i padroni del mercato, discutere di quantità e qualità dei consumi e difendere il diritto umano al cibo. Per cercare di restituire lo scettro a quelli che dovrebbero essere i veri sovrani del cibo: contadini e consumatori."

Per partecipare basta collegarsi attorno alle 20:45-20:50 al seguente link utilizzando internet o la app apposita di Webex:

→ <https://cooperativaaequos.my.webex.com/meet/info>

Il Tavolo Formazione e Cultura di Aequos

LE INIZIATIVE DEI GAS

Un evento organizzato dai **Gas 7 Fontane di Galliate, GasBio di Oleggio e Gasati di Trecate** in collaborazione con lo Spazio di rigenerazione urbana Nòva → <https://www.casermapassalacqua.it/attivita/swap-party-winter-2024> di Novara.

All'interno del consueto Swap Party autunnale, sabato 23 novembre alle 17 verrà proiettato il documentario "Intrecci Etici, La rivoluzione della moda sostenibile in Italia", di Lucia Mauri e Lorenzo Malavolta, prodotto da Luma Video. Seguirà una conversazione con Marina Borrini, modellista, fondatrice di Y-GLAM abbigliamento ecosostenibile, e con Stefania Postiglione e Silvia Castelli proprietarie del negozio leggero Cuoridimamma.

Giovanna Cosentino Gas 7 Fontane

NUOVI PRODOTTI VEGANI

QUESTA SETTIMANA NEL LISTINO BEVANDE VEGETALI

Per venire incontro alle esigenze di coloro che hanno scelto di adottare una dieta vegana, ma anche per chi, pur restando onnivoro, desidera diminuire il consumo di proteine animali, il Tavolo Produttori ha preso contatto con Mediterranea Bio di Marostica (VI) → www.mediterraneabio.it i cui prodotti sono da tempo apprezzati da diversi Gas.

Si tratta di una realtà che nasce nel 1993 con la produzione artigianale di alimenti a base vegetale (tofu, seitan ecc); tecnica e ricette sono state sempre più affinate e oggi, per i soli prodotti freschi, si contano più di 30 referenze.

Come di consueto, i primi ordini ci daranno indicazioni utili per programmare i futuri listini..

L'obiettivo è quello di proporre con continuità alimenti freschi anche a chi preferisce questo tipo di prodotti, pertanto, fatte le dovute valutazioni, l'ordine sarà aperto con cadenza quindicinale.

↓ Qui sotto trovate una ricetta scelta tra quelle presenti sul sito dell'azienda.

Pietro per il tavolo produttori

Lasagne al ragù di seitan

INGREDIENTI

- 200g di lasagne integrali
- 100g di farina tipo 2
- 1250g di latte di soia non zuccherato
- 8g di sale
- un pizzico di noce moscata
- 800g di ragù di seitan
- 150g di mandorle
- 6 cucchiaini di lievito

PRODOTTI MEDITERRANEA BIO

Seitan rustico

PREPARAZIONE DELLA RICETTA

Preparare la besciamella stemperando la farina con 1/3 del latte di soia. Porre sul fuoco il restante latte, quando raggiunge il bollore versare a filo la farina stemperata. Salare e far cuocere fino ad ottenere una besciamella densa e morbida. Incorporare un pizzico di noce moscata. Tostare le mandorle e frullarle grossolanamente con il lievito alimentare. Porre sul fondo di una pirofila uno strato di besciamella, quindi uno strato di lasagne, di ragù e di besciamella. Continuare fino ad esaurimento degli ingredienti. Spolverizzare con le mandorle frullate. Infornare a 180° per 30 minuti.



ANCHE QUEST'ANNO TORNANO I PANETTONI SOLIDALI CELIM



La Cooperativa, da sempre, pone attenzione anche ad altre realtà che promuovono un'economia solidale in diversi paesi del mondo e, ormai come tradizione, propone un ordine solidale di panettoni organizzato dalla **ONG CELIM Milano**. **CELIM Milano – Centro Laici Italiani per le Missioni** – è un'Organizzazione Non Governativa nata nel 1954, iscritta nell'elenco delle Organizzazioni della Società Civile (OSC) dell'Agenzia Italiana per la Cooperazione allo Sviluppo (AICS) e riconosciuta dall'Unione Europea. Da anni, in Africa, nei Balcani e in Medio Oriente promuove progetti di cooperazione internazionale con il contributo di numerosi volontari e professionisti. In Italia promuove il volontariato ed organizza percorsi nelle scuole,

incontri e laboratori creativi con lo scopo di avvicinare culture diverse, favorendone l'integrazione. Scegliendo questo panettone, promuoveremo le attività nei diversi Paesi in cui CELIM è presente. Il panettone è prodotto artigianalmente con materie prime equosolidali e confezionato con belle stoffe africane. La **Cooperativa AEQUOS** si occupa di raccogliere gli ordini e gestirà la consegna, mentre il pagamento sarà effettuato direttamente a **CELIM** con successive indicazioni.

L'ordine aprirà lunedì 25 novembre - La consegna è prevista per sabato 14 dicembre.

Per maggiori informazioni puoi visitare il sito: → www.celimi.it

Paolo per il Tavolo Produttori e Jari per il Celim

LETTI PER VOI

Migliaia di sostanze chimiche arrivano nel corpo umano dal packaging attraverso il cibo

→ <https://ilfattoalimentare.it/sostanze-chimiche-packaging-cibo.html>



SABATO 16 NOVEMBRE: QUALITÀ

Dalla consegna di sabato 16 novembre ... fino al 20 novembre i GAS:

- **sono stati contenti di aver ricevuto:**

- 🍃🍃 **SPINACI** - Claudio Bianchi: buon sapore, dolcezza, freschezza e ottimo sapore,
- 🍃🍃 **ARANCE NAVEL calibro 4/6** - Agrinova: dolcezza,
- 🍃 **AVOCADO HASS** - Valenziani: buon sapore,
- 🍃 **CACHI Varietà Loto di Romagna** - Cassani Nerio: buoni da sbrodolarsi e strafogarsi,
- 🍃 **CLEMENTINE APIRENE** - Biosmurra: buon sapore,
- 🍃 **MELE STORY** - Roncaglia: dolcezza,
- 🍃 **CAVOLFIORE BIANCO** - Coop. Soc. Aretè: bell'aspetto e freschezza,
- 🍃 **PEPERONE ROSSO** - Coop. Soc. Aretè: buon sapore.

- **non sono soddisfatti di:**

- 🍃🍃🍃🍃🍃 **MARRONI cal. 80/85 (medi)** - Piancastelli Raffaele: bucato mangiucchiato, muffo e marcio, molti ammalorati e di sapore sgradevole,
- 🍃🍃🍃🍃 **MELANZANE** - Coop. Soc. Aretè: marciume,
- 🍃🍃🍃 **MARRONI cal. 100/105 (piccoli)** - Piancastelli Raffaele: marciume e muffa,

-  **FARINA di CECI** - Marchese di Camugliano: confezione scaduta il 7 novembre,
-  **CACO MELA** - Rete in Campagna (Valenziani): eccessiva maturazione,
-  **PERE WILLIAM** - Michele Sacchetto: esternamente tutto segnato,
-  **DAIKON** - Az. Agr. Giarone: esternamente tutto segnato,
-  **CONFETTURA di MORE** - Rob del Bosco: consistenza eccessivamente liquida.

Il Tavolo Qualità

**RICORDIAMO A TUTTI DI UTILIZZARE BORSE TERMICHE E SIBERINI
IN OGNI FASE DELLA DISTRIBUZIONE, DAL CENTRO LOGISTICO FINO A CASA**

CALENDARIO DELLE PROSSIME CONSEGNE

23 NOVEMBRE	30 NOVEMBRE	7 DICEMBRE	14 DICEMBRE
DERIVATI DELLA MANDORLE	SAPONI SMOM	FARINA	GPS AMATRICE
PASTA IRIS	ACETO	GALLETTE	PRODOTTI BUTRIGO
MOZZARELLA	DETERSIVI	OLIO	FREEDHOME
	La Ginestra PPDO	MOZZARELLA	MEDITERRANEA
		CARNI BIANCHE-POLLO	

TURNI DEL 22 e 23 NOVEMBRE

SBANCALAMENTO VENERDÌ (8.30 - 13.00 e 17.00 - 21.00):

RITROVO PRESSO IL MAGAZZINO AD UBOLDO dalle ore 17.00:

DIPENDENTI di AEQUOS e SBANCALATORI SENIOR con GASPENSA e GAS ORAGO

L'ORGANIZZAZIONE DELLA DISTRIBUZIONE DI SABATO MATTINA SARÀ:

 Punto logistico **GALLIATE**

Gas di turno: **GASBIO OLEGGIO** La consegna in questo centro avverrà alle 8.30 circa.

 Punto logistico **LEGNANO**

A GASABILE la consegna verrà effettuata alle 8.00 circa.

 Punto logistico **ARLUNO**

A COOP CIELO la consegna verrà effettuata alle 8.00 circa.

 Punto logistico **PREGNANA**

Ai GASINISTI la consegna verrà effettuata alle 7.45 circa.

Punto logistico **VANZAGHELLO**

Gas di turno: **GASBUSCA** con ritrovo per questo gas alle ore 8.10 a Vanzaghello 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 **CAVARIA**

Gas di turno: **LUMAGAS** con ritrovo per questo gas alle ore 9.00 a Cavarria in via Matteotti 438.

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

Punto logistico **VERGIATE**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore 10.00 in Via Roma a **VERGIATE**

Punto logistico **CESATE**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono presentarsi a sbancalare alle 7.20, (orario di arrivo del camion), così come da nuovo accordi presi con i GAS (Gasdotto, Garbagas, Consenso).

Punto logistico **BUSTO ARSIZIO**

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

Punto logistico **MILANO**

I GAS che fanno riferimento a questo punto logistico possono passare a ritirare a partire dalle ore 8.00 a Certosa e dalle ore 8.45 a Sud

Magazzino **UBOLDO**

Gas di turno: **ROVELLASGAS** con ritrovo per questo GAS alle ore 7.30 in via Enrico Fermi 260 a **UBOLDO**

Il ritiro avverrà secondo la tabella seguente in cui diamo un orario di ritiro per ogni gas

ORARIO	GAS DI TURNO
alle 7:30	GASUSA
alle 7:45	GASAMOS
alle 8:00	CISGASO Gas del Rugareto
alle 8:10	MIGASO
alle 8:20	GASPITA
alle 8:30	GASLOCO
alle 8:40	LA DISPENSA DEL GASISTA
alle 8:50	AIRONGAS
alle 9:00	GASNOSTRO
alle 9:10	SARGASS

alle 9:15	GAS PICCOLO
alle 9:20	ROVELLASGAS
alle 9:25	IL CHIOSTRO SOLIDALE
alle 9:30	NONAGASO e LA TARTARUGA

ABBIAMO URGENZA DI RECUPERARE:

**LE CASSETTE DI PLASTICA E CARTONE (NON QUELLE IN LEGNO)
NON ROVINATE E SOLO DEI PRODOTTI AEQUOS**

VI CHIEDIAMO DI RENDERE SEMPRE:

- **I TERMOBOX PULITI (solo quelli di LATTE e YOGURT)**
- **I TERMOBOX DELLA PPDO**
- **I SIBERINI**
- **LE CESTE DEL PANE**

SE VUOI AVERE INFORMAZIONI O COMUNICARE CON I TAVOLI

CDA AEQUOS

→ cda@aequos.bio

Per tutti i soci che desiderino mettersi in contatto con il Cda della Cooperativa, o che vogliono invitare il Cda a partecipare ai loro incontri, eventi, manifestazioni.

NOTIZIARIO

→ notiziario@aequos.bio

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

TAVOLO QUALITÀ

→ qualita@aequos.bio

Per l'invio delle sole foto a supporto delle segnalazioni di non conformità qualitative, che vanno invece inserite, come quelle quantitative, nell'apposito modulo sul sito. Per qualsiasi altra comunicazione che non trovi spazio nel modulo della procedura.

TAVOLO CULTURA

→ cultura@aequos.bio

Potete inviare le richieste per pubblicizzazione e/o finanziamento degli eventi dei soci secondo regolamento e tramite gli appositi moduli e/o eventuali osservazioni e suggerimenti sulle iniziative culturali e di formazione della cooperativa.

TAVOLO PRODUTTORI

→ produttorielogistica@aequos.bio

Potete inviare nuove segnalazioni di produttori o informazioni logistiche sulle distribuzioni.

TAVOLO COMUNICAZIONE

→ comunicazione@aequos.bio

Potete comunicare a questo indirizzo tutte le informazioni e/o suggerimenti inerenti la comunicazione interna (notiziario, email interne) ed esterna (volantini, sito Aequos, pagina Fb) e le richieste di pubblicazione di eventi del mondo solidale.

TAVOLO AMMINISTRATIVO

→ aequosadm@aequos.bio

Potete inviare le comunicazioni relative alla parte amministrativa e dei pagamenti e segnalare le mancanze di interi colli, ma non le differenze di peso per cui vanno utilizzate le apposite procedure della qualità a cui si accede dal sito.

TAVOLO INFORMATICO

→ informatico@aequos.bio

Potete comunicare a questo indirizzo tutte le informazioni e/o suggerimenti inerenti il programma GoGas e la sua applicazione per smartphone e segnalare le problematiche relative all'inserimento degli ordini sul sito.