



NUMERO 05 del 30.01.2025

NOTIZIARIO DELLA COOPERATIVA

WWW.AEQUOS.BIO

Seguici sulle pagine ufficiali FACEBOOK  e INSTAGRAM 



 *Il Tavolo Formazione e Cultura
Cooperativa Aequos*
presenta

LO SPRECO ALIMENTARE

Food Loss e Food Waste
dallo spreco in produzione
a quello in consumo

On. Maria Chiara Gadda
Prima firmataria della Legge 166/16 c.d. Antispreco
Vicepresidente della Commissione Agricoltura

Stefano Quaglia
Urbanista e Ricercatore del Politecnico di Milano - School of Management

Duccio Facchini
Direttore di Altreconomia

domenica 16 febbraio 2025 ore 10.00

Pro Loco di Villa Cortese - via Padre Kolbe 35 Contatti: cultura@aequos.bio

L'argomento che tratteremo è molto caro al nostro Tavolo: era nei nostri appunti di lavoro fin dalla prima riunione, proposto e riproposto ogni volta da chi questa Cooperativa ha contribuito a fondarla, da chi questo tavolo di lavoro ha aiutato a nascere e crescere e che manca tanto a tutti, Umberto Castagna, a lui dedichiamo questo evento culturale.

Il Tavolo Formazione e Cultura

🌿 **FESTA DI AEQUOS DOMENICA 16 FEBBRAIO 2025** 🌿

PRO LOCO DI VILLA CORTESE VIA PADRE KOLBE 35

ISCRIZIONI ENTRO DOMANI 31 GENNAIO

Carissimi, l'organizzazione prosegue: i referenti dei vostri Gas hanno ricevuto il link, attivo fino al 31 gennaio, che consentirà loro l'iscrizione dei gasisti. Per qualunque informazione sulla Festa potete scrivere all'indirizzo → comunicazione@aequos.bio saremo lieti di rispondervi il prima possibile.

A presto!

Il Gruppo Organizzativo

🌿 **LEGUMI** 🌿

I legumi secchi sono un'ottima fonte di proteine, ne contengono infatti più del doppio dei cereali e più delle stesse carni, ma di qualità inferiore. L'associazione legumi-cereali migliora la qualità proteica, questo è il motivo per cui l'uomo in tutto il mondo ha imparato a preparare piatti come: pasta e fagioli, riso e piselli ecc. Attualmente i consumi di legumi secchi sono estremamente bassi, 4,5 kg/abitante/anno. Le motivazioni di questi bassi consumi sono da ricercarsi nei lunghi tempi di ammollo e di cottura, ma probabilmente anche nel fatto che qualcuno li ha definiti la carne dei poveri. I bassi consumi di legumi secchi rappresentano un fatto negativo dal punto di vista nutrizionale, ma anche dal punto di vista della salute, in quanto questi alimenti sono in grado di abbassare la colesterolemia, grazie al buon contenuto in lecitina.

Curiosando tra gli scaffali della GDO ne abbiamo trovati di provenienze tra le più disparate: Canada, USA, Argentina, Egitto, ma anche Polonia e Siria...



Nei nostri listini compaiono ormai regolarmente, come sempre Italiani e biologici. Ora abbiamo anche quelli già lessati, in vaso di vetro da 300 grammi, prodotti da Girolomoni.

Alternativa molto apprezzata, a giudicare dai quantitativi del primo ordine, da coloro che non sempre hanno tempo di ammollare e cuocere i legumi secchi o per quando si decide di utilizzarli per una ricetta dell'ultimo momento.



CONFEZIONAMENTO: ancora per qualche ordine saranno proposti a pezzo singolo per dare modo a tutti di provarli, successivamente potranno essere acquistati in confezioni da 6 pezzi.



TORRE COLOMBAIA

Cari Gasisti, è arrivato quel periodo dell'anno in cui si fa scorta di legumi e cereali meno convenzionali...è aperto l'ordine di Torre Colombaia! La dieta mediterranea è ricca di tali alimenti ed è bene non perdere l'abitudine di variare le numerose tipologie disponibili in natura. Oltre ai numerosi prodotti che già conosciamo ci sono due novità: una raccolta di poesie scritte proprio da Alfredo di Torre Colombaia e la **crema di fave con finocchietto bio!**

Ecco alcune informazioni utili per l'utilizzo della crema di fave, offerte da Cecilia stessa: *"La nostra crema è fatta con le nostre fave decorticate, cipolla, olio extravergine di oliva di eccellente qualità e finocchietto. Si può gustare spalmata sul pane*

tostato o come zuppa condita con un filo d'olio extravergine, sola o in abbinamento alle verdure che più vi piacciono (provate con la cicoria o con le cipolle stufate!).

Non ci resta che provarla!"



Simona per il Tavolo Produttori

LETTI PER VOI










La favola del made in Italy a tavola: importiamo il 50% dei prodotti

→ <https://ilfattoalimentare.it/favola-made-in-italy-importazioni.html>



SABATO 25 GENNAIO: QUALITÀ

Dalla consegna di sabato 25 Gennaio ... fino al 29 Gennaio i GAS:

- **sono stati contenti di aver ricevuto:**
 -  **ARANCE TAROCCO Cal. 4/7** - Valenziani: buon sapore,
 -  **MELE GOLDEN** - Rampanelli: buon sapore,
 -  **CAVOLFIORE** - Lunella: quantità superiore a quanto ordinato,
 -  **SPINACI** - Claudio Bianchi: bell'aspetto e freschezza.
- **non sono soddisfatti di:**
 -   **KIWI** - Michele Sacchetto: eccessiva maturazione,
 -   **PATATE GIALLE** - Deltabio: odoravano di detersivo acido al limone,
 -  **CLEMENTINE** - Agrinova: insapore,
 -  **CIME di RAPA** - Lunella: peso minore del dichiarato.

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

1 FEBBRAIO	8 FEBBRAIO	15 FEBBRAIO	22 MARZO
FARINA	BEVANDE VEGETALI Soyana	BERGAMOTTO	PIANTINE da ORTO
GALLETTE	CARNE BIANCA POLLO	PRODOTTI VEGANI	
PRODOTTI VEGANI	MOZZARELLE	PASTA FRESCA	
	La Ginestra - PPDO	SEMI di LINO	
		La Fromagerie	

TURNI DEL 31 GENNAIO e 1 FEBBRAIO

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

RITROVO PRESSO IL MAGAZZINO AD UBOLDO dalle ore 17.00:

DIPENDENTI di AEQUOS con GAS LOCO E NONAGASO / LA TARTARUGA

L'ORGANIZZAZIONE DELLA DISTRIBUZIONE DI SABATO MATTINA SARÀ:

Punto logistico **GALLIATE**

Gas di turno: **GAS 7 FONTANE** 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 Cavarina 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: **GAS PICCOLO** 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
alle 9:35	GASATE

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 vogliano 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 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 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 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 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 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.