

Accademia del Gusto, al via una nuova stagione A Osio Sotto grandi maestri del food & wine

Riapre dopo la pausa estiva la stagione formativa Ascom che, oltre alla possibilità di personalizzare e studiare percorsi ritagliati sulle singole esigenze aziendali, offre una proposta di quasi 150 corsi a catalogo. Il mood del nuovo anno è la ricerca della perfezione del sapere, rappresentata in modo simbolico da una ciambella (l'idea nasce dalla teoria cosmologica di Steven Hawking che riconduce a questa particolare forma la conformazione dell'universo).



Il tema è rappresentato con due immagini di copertina: la donut americana, in una tonalità originale rosa, che accompagna l'area food&beverage e un vero e proprio salvagente a presentare i corsi business. "In un mondo in costante evoluzione, nessun investimento può prescindere da una crescita di competenze, in un settore come il terziario in cui a contare sono le persone e le relazioni e non robot e processi di automatizzazione" sottolinea il direttore

Ascom Confcommercio Bergamo Oscar Fusini.

“La ricerca di nuove vie e percorsi per la crescita individuale, aziendale e del personale rappresenta un primo e decisivo passo in avanti— spiega Daniela Nezosì, responsabile dell’Area Formazione Ascom Confcommercio Bergamo—. Anche quest’anno abbiamo incrociato le esigenze degli imprenditori con laboratori dalla forte



connotazione pratica e dalla didattica interattiva, oltre alla formazione manageriale specifica per le categorie, con proposte dedicate. Siamo inoltre a disposizione delle imprese per creare percorsi formativi e seminari su misura”. Per rispondere alle esigenze imprenditoriali Ascom riserva offerte speciali e proposte ad hoc. “Sul fronte food, alla formazione sulla gestione manageriale d’impresa si affiancano laboratori pratici con grandi interpreti della cucina e seminari pronti a cogliere i nuovi trend, dalle tecniche di preparazione e cottura, al mondo bar & wine, a pasticceria e lievitati” continua Nezosì.

Anche quest’anno l’Accademia del Gusto porta a Osio Sotto i migliori chef e ambasciatori del food italiani, propone corsi che colgono le nuove tendenze di mercato e organizza trasferte golose con quattro Convivium che fanno tappa in grandi ristoranti.

PERCORSI PROFESSIONALIZZANTI

Ascom risponde all’esigenza di chi vuole reinventarsi sul mercato e di chi vuole apprendere i segreti del mestiere con i corsi professionalizzanti per diventare barman, pizzaiolo, pasticciere, addetto di sala, cuoco e gastronomo. Tra le

novità quest'anno, il Master "Next level" per l'inserimento professionale di giovani in bar, ristoranti e alberghi con tirocinio retribuito; un percorso di alta formazione che mira allo sviluppo occupazionale dei giovani più motivati provenienti da percorsi scolastici nel settore, grazie al coinvolgimento di istituti alberghieri e centri professionali.

FOOD & BEVERAGE

In Accademia la cucina si declina in tutte le sue sfaccettature, dalla lezione di cucina toscana di Valeria Piccini, alla raffinata cucina del Gong, a quella speziata della chef indiana Dalmia Ritu, fino alle tecniche creative di Cristiano Tomei.

Molti i corsi da non perdere a basso costo ed alto impatto, dai pesci conservati alle conserve di carne, pesce e verdura per gustare tutto l'anno quanto di meglio offrono le stagioni. Tra le tecniche, le marinate e aromatizzazioni in sottovuoto, l'azoto in cucina con Emanuele Poli, la preparazione e conservazione di prodotti fermentati con Sauro Ricci e la realizzazione di proposte vegane e vegetariane con Antonio Cuomo. Nella sezione pasticceria, oltre al percorso formativo di base con Giovanni Pina, spiccano i nomi di Leonardo di Carlo per la proposta salata e quello di Beppe Allegretta per i dessert da ristorazione. Numerosi inoltre i corsi tematici: dai semifreddi alle torte, dai dessert ai bicchierini monoporzione, fino alla tradizionale pasta frolla per crostate e biscotti.

Nei corsi dedicati a sala, bar & wine imprescindibile l'attenzione alla caffetteria e all'arte della mixologist, sotto la regia di Luca Ramoni, e innovativo il corso per il caffè nella ristorazione a cura di Maurizio Valli.

A PRANZO DA GRANDI CHEF, 4 CONVIVIUM

Le trasferte fanno tappa: a Treviso al "Ristorante Undicesimo Vineria" dallo chef Francesco Brutto, 1 stella Michelin; in

Val Badia, a San Cassiano, alla corte dello chef Norbert Niederkofler al "Ristorante S. Hubertus", 3 stelle Michelin; a San Bonifacio, nel veronese, a "I tigli " alla scoperta della pizza gourmet di Simone Padoan; a Imola, al "Ristorante San Domenico", storico tempio della ristorazione italiana, dagli chef Valentino Marcattilli e Massimiliano Mascia.

CUCINA PER PASSIONE

Ascom arricchisce quest'anno la proposta per gli appassionati, con un ricco calendario di corsi (ben 30), e organizza otto "serate wow". Si può partecipare a sfide in cucina come nei reality, con mystery box e alla Hell's Kitchen, e anche a serate a tema (ostriche e bollicine; tapas e sangria); ci si può organizzare per uno speed-date ai fornelli, con serate per single, oltre a rafforzare la coppia con un corso afrodisiaco a San Valentino. Tra i corsi, si parte dall'abc con Imparare a cucinare e i grandi classici della tradizione per arrivare a cimentarsi con cucina stellata e tecniche sofisticate. Anche quest'anno l'Accademia sarà presente a Gourmarte, in Fiera dal 1° al 3 dicembre, con una proposta dedicata: dalla cucina stellata di Fabrizio Ferrari e Philippe Lèveillé a quella eclettica di Andrea Mainardi, dai piatti semplici e creativi con Mirko Ronzoni alla pizza gourmet di Tiziano Casillo, dalle confetture di Francesca Marsetti alle gelèe di Gloria De Negri. E ancora, in sede, nel corso dell'anno laboratori di pasticceria, approfondimenti su pane, pizza e focacce (anche nella versione da chef gourmet) e proposte innovative stagionali, dai crudi di carne alla cucina di mare, dal menù di Natale alle zuppe estive, al pic nic chic, al bbq perfetto.

Per scoprire la proposta a catalogo: www.ascomformazione.it

Info e contatti: Ascom Formazione, Piazzetta don Gandossi, 1, Osio Sotto

tel. 035 41.85.706/707/715 info@ascomformazione.it

Ascom, al via la nuova stagione formativa con 150 corsi a catalogo

Riapre dopo la pausa estiva la stagione formativa Ascom che, oltre alla possibilità di personalizzare e studiare percorsi ritagliati sulle singole esigenze aziendali, offre una proposta di quasi 150 corsi a catalogo. Il mood del nuovo anno è la ricerca della perfezione del sapere, rappresentata in modo simbolico da una ciambella (l'idea nasce dalla teoria



cosmologica di Steven Hawking che riconduce a questa particolare forma la conformazione dell'universo). Il tema è rappresentato con due immagini di copertina: la donut americana, in una tonalità originale rosa, che accompagna l'area food&beverage e un vero e proprio salvagente a presentare i corsi business.

“In un mondo in costante evoluzione, nessun investimento può prescindere da una crescita di competenze, in un settore come il terziario in cui a contare sono le persone e le relazioni e non robot e processi di automatizzazione” sottolinea il direttore Ascom Confcommercio Bergamo **Oscar Fusini**.

“La ricerca di nuove vie e percorsi per la crescita individuale, aziendale e del personale rappresenta un primo e

decisivo passo in avanti – spiega **Daniela Nezosi**, responsabile dell'Area Formazione Ascom Confcommercio Bergamo-. Anche quest'anno abbiamo incrociato le esigenze degli imprenditori con laboratori dalla forte connotazione pratica e dalla didattica interattiva, oltre alla formazione manageriale specifica per le categorie, con proposte dedicate. Siamo inoltre



a disposizione delle imprese per creare percorsi formativi e seminari su misura”. Per rispondere alle esigenze imprenditoriali Ascom riserva offerte speciali e proposte ad hoc. “Sul fronte food, alla formazione sulla gestione manageriale d’impresa si affiancano laboratori pratici con grandi interpreti della cucina e seminari pronti a cogliere i nuovi trend, dalle tecniche di preparazione e cottura, al mondo bar & wine, a pasticceria e lievitati” continua Nezosi.

Nel settore business spiccano le conversazioni strategiche con l’esperto, un sociologo, sui temi del passaggio generazionale, delle aspettative della clientela e del personale. Al mondo del commercio sono riservati corsi di marketing esperienziale e sulla promozione di prodotti, oltre a consigli e indicazioni per sfruttare le opportunità di internet, dall’e-commerce alla web scrittura efficace, al come “capitalizzare” Facebook.

Tra i corsi di lingue, alle basi di russo, arabo e giapponese si affiancano percorsi mirati per accogliere i clienti, come il vocabolario minimo d’inglese, l’abc per ogni attività.

Anche quest’anno l’Accademia del Gusto porta a Osio Sotto i migliori chef e ambasciatori del food italiani, propone corsi che colgono le nuove tendenze di mercato e organizza viaggi del gusto con quattro Convivium che fanno tappa in grandi

ristoranti.

Ascom risponde anche all'esigenza di chi vuole reinventarsi sul mercato e di chi vuole apprendere i segreti del mestiere con i corsi professionalizzanti per diventare barman, pizzaiolo, pasticciere, addetto di sala, cuoco e gastronomo. Tra le novità quest'anno, il Master "Next level" per l'inserimento professionale di giovani in bar, ristoranti e alberghi con tirocinio retribuito; un percorso di alta formazione che mira allo sviluppo occupazionale dei giovani più motivati provenienti da percorsi scolastici nel settore, grazie al coinvolgimento di istituti alberghieri e centri professionali.

FORMAZIONE PROFESSIONALE



I laboratori del sapere colgono la sfida del marketing emozionale e delle strategie di vendita on line, attraverso Amazon e altri market place. Non mancano corsi per portare più valore e più persone in negozio e fidelizzare la clientela, dalla vendita suggerita, all'allestimento

della vetrina, fino alla messa in pratica del decalogo per vendere di più. La sezione informatica si concentra sul web marketing e sulle strategie commerciali per cogliere l'opportunità delle vendite on line attraverso le grandi piattaforme e-commerce.

I corsi studiati per le categorie aiutano a mettere in campo strategie vincenti. I commercianti possono apprendere come aumentare lo scontrino medio e gli addetti alla vendita come diventare consulenti d'immagine; per i pubblici esercizi in calendario un corso per raccontare il cibo in modo appetitoso ed attrarre nuovi clienti e seminari su food

cost e controllo di gestione.

Vendita convincente e intelligenza emotiva aiutano gli autosalonisti a incrementare le vendite; per i gestori di asilo nido e gli educatori la proposta di corsi – accreditata a livello regionale, in programma al sabato per rispondere alle loro esigenze- spazia dalle attività motorie e sensoriali alla relazione con le famiglie.

Per ritrovare lo spirito di gruppo, sono in calendario anche quest'anno i percorsi di team building, con tante novità: la visione d'impresa si costruisce a colpi di Paintball, con i Lego e davanti a un bicchiere di vino; il carattere si misura con competizioni di cucina e in una sfida con cani da slitta come in Alaska; con l'aerogravity vola il business, mentre l'annuario aziendale con shooting fotografico e make up artist rinnova con simpatia l'immagine d'impresa, strappando un sorriso anche ai dipendenti più seriosi.

Ascom pensa anche alla crescita personale con seminari di dizione, un corso per riprendere in mano il timone della propria vita, uno per fare personal branding e ancora elevator pitch per colpire gli interlocutori, storytelling e public speaking.

FOOD & BEVERAGE



Come ogni anno l'Accademia del Gusto porta a Osio Sotto i migliori chef e ambasciatori del food italiani e organizza 4 viaggi del gusto. Le trasferte fanno tappa: a Treviso al "Ristorante Undicesimo Vineria" dallo chef Francesco Brutto, 1 stella Michelin; in Val Badia, a San Cassiano, alla corte dello chef Norbert

Niederkofler al “Ristorante S. Hubertus”, 3 stelle Michelin; a San Bonifacio, nel veronese, a “I tigli “ alla scoperta della pizza gourmet di Simone Padoan; a Imola, al “Ristorante San Domenico”, storico tempio della ristorazione italiana, dagli chef Valentino Marcattilli e Massimiliano Mascia.

In Accademia la cucina si declina in tutte le sue sfaccettature, dalla lezione di cucina toscana di Valeria Piccini, alla raffinata cucina del Gong, a quella speziata della chef indiana Dalmia Ritu, fino alle tecniche creative di Cristiano Tomei.

Molti i corsi da non perdere a basso costo ed alto impatto, dai pesci conservati alle conserve di carne, pesce e verdura per gustare tutto l’anno quanto di meglio offrono le stagioni. Tra le tecniche, le marinate e aromatizzazioni in sottovuoto, l’azoto in cucina con Emanuele Poli, la preparazione e conservazione di prodotti fermentati con Sauro Ricci e la realizzazione di proposte vegane e vegetariane con Antonio Cuomo. Nella sezione pasticceria, oltre al percorso formativo di base con Giovanni Pina, spiccano i nomi di Leonardo di Carlo per la proposta salata e quello di Beppe Allegretta per i dessert da ristorazione. Numerosi inoltre i corsi tematici: dai semifreddi alle torte, dai dessert ai bicchierini monoporzione, fino alla tradizionale pasta frolla per crostate e biscotti.

Nei corsi dedicati a sala, bar & wine imprescindibile l’attenzione alla caffetteria e all’arte della mixologist, sotto la regia di Luca Ramoni, e innovativo il corso per il caffè nella ristorazione a cura di Maurizio Valli.

Ascom arricchisce quest’anno la proposta per gli appassionati, con un ricco calendario di corsi (ben 30), e organizza otto “serate wow”. Si può partecipare a sfide in cucina come nei reality, con mystery box e alla Hell’s Kitchen, e anche a serate a tema (ostriche e bollicine; tapas e sangria); ci si può organizzare per uno speed-date ai fornelli, con serate per

single, oltre a rafforzare la coppia con un corso afrodisiaco a San Valentino. Tra i corsi, si parte dall'abc con Imparare a cucinare e i grandi classici della tradizione per arrivare a cimentarsi con cucina stellata e tecniche sofisticate. Anche quest'anno l'Accademia sarà presente a Gourmarte, in Fiera dal 1° al 3 dicembre, con una proposta dedicata: dalla cucina stellata di Fabrizio Ferrari e Philippe Léveillé a quella eclettica di Andrea Mainardi, dai piatti semplici e creativi con Mirko Ronzoni alla pizza gourmet di Tiziano Casillo, dalle confetture di Francesca Marsetti alle gelèe di Gloria De Negri. E ancora, in sede, nel corso dell'anno laboratori di pasticceria, approfondimenti su pane, pizza e focacce (anche nella versione da chef gourmet) e proposte innovative stagionali, dai crudi di carne alla cucina di mare, dal menù di Natale alle zuppe estive, al pic nic chic, al bbq perfetto.

Per scoprire la proposta a catalogo: www.ascomformazione.it

Info e contatti: Ascom Formazione, Piazzetta don Gandossi, 1, Osio Sotto

tel. 035 41.85.706/707/715 info@ascomformazione.it

Caffè, arrivano i distributori automatici di capsule

Le capsule di caffè ora si possono acquistare anche al distributore automatico. L'iniziativa debutta nei negozi Mediaworld dei centri commerciali di Curno e di Stezzano. L'acquisto è semplice: basta selezionare sul terminale i caffè desiderati e pagare subito con carta di credito. Una volta

mostrato lo scontrino al centro servizi dello store, si riceve la shopper con l'ordine pronto e confezionato. E se si vuole un consiglio, un operatore specializzato è a disposizione per accompagnare nella scelta del caffè. L'iniziativa è firmata Nespresso e fa parte di un progetto che ad agosto ha portato all'apertura di 11 punti vendita in altrettanti negozi Mediaworld presenti in Lombardia, Piemonte, Veneto e Toscana.

Strada facendo, vivere insieme nell'ecofesta di Curno

Ritorna come ogni anno la consueta manifestazione di Curno "Stradafacendo", un'ecofesta dove natura, gioco e solidarietà si mescolano in una tre giorni all'insegna della condivisione. Organizzata dal Comune di Curno, in collaborazione con la rete delle Associazioni di Volontariato del territorio, Istituzioni e Gruppi informali di Curno, anche quest'anno la manifestazione Stradafacendo, prosegue con il suo nuovo programma e per tre giorni animerà le vie del paese presentando al pubblico le attività delle realtà coinvolte. Venerdì 14, sabato 15 e domenica 16 settembre saranno dedicati al volontariato e all'impegno che le associazioni del territorio mostrano nel loro lavoro quotidiano e tanti gli appuntamenti che intendono coinvolgere il pubblico di tutte le età attraverso musica, danza, meditazione, sport e spettacolo,

ma anche cibo e bevande. Si parte venerdì 14 alle 15 con i giochi organizzati dalle scuole per l'infanzia a cui seguirà la merenda offerta dalle associazioni "Diamoci una mano" e Tabita Onlus. E poi, dalle 16:30 tanti giochi aperti a tutti presso la Palazzina Via de Amicis (ex scuola Rodari).

Alle 20:30 è la volta della "Fiaccolata chiassosa" con partenza dal parco di via Pertini: una speciale marcia dove sono richiesti oggetti rumorosi all'insegna della fantasia.

E la serata si chiude con Nord Sud Ovest Band, la tribute band di Max Pezzali e 883, in scena alle 21 presso il Centro Vivere Insieme 2 di Marigolda. Sabato 15, ancora tanti giochi e divertimento per i più piccoli a partire da Giochiinsieme, organizzato dalla rete e dal Comitato Genitori per bambini e ragazzi della scuola elementare e secondaria mattina. Seguirà alle 11:45 un divertente flashmob in piazza a cui tutti sono invitati a partecipare. Nel pomeriggio, dopo la merenda alle 16 in via Marconi, un momento dedicato alle letture animate e ai giochi di società per famiglie e adulti: dal burraco agli scacchi, dalle carte al Monopoli e molto altro ancora. Alle 18:30 "Solidarietà in piazza" e le bellissime bancarelle delle associazioni di volontariato del territorio, dove trovare oggetti di ogni tipo.

Alle 19, "Cena in piazza" con pizza, polenta e molte altre specialità del territorio, in attesa dell'evento clou della serata: Cris Brave, cantautore che si è recentemente esibito come special guest al concerto di J AX e Fedez a Sansiro, seguito dall'esibizione di Sergio Sgrilli, il famoso comico di Zelig (entrambi sul palco principale).

E poi ancora, spettacoli di intrattenimento per tutti gusti, tra cui i balli della scuola di danza Danzarea e Pluf e il ballo liscio con la fisarmonica di Eugenio Zanchi.

Domenica 16 sarà la giornata dedicata alla tanto attesa camminata con punti di ristoro, l'evento che dà il nome alla manifestazione e che partirà alle 10 da Piazza Papa Giovanni XXIII per concludersi alle 12:30 in oratorio con il "Pranzo insieme". E nel pomeriggio, a partire dalle 14:40, ancora tanti momenti dedicati ai sapori del territorio e alla musica

con il concerto offerto dall'Associazione Accademia Musicale di Curno.

Tante le location e i luoghi dedicati alle attività che si potranno visionare insieme ai regolamenti e alle modalità di partecipazione, nel programma dettagliato e sulla locandina disponibile sul sito www.comune.curno.bg.it.

L'economia rallenta. Confcommercio "È arrivato il momento delle scelte"

“Dopo il dato sulla produzione industriale stimiamo un ulteriore rallentamento del Pil”. Lo ha detto il responsabile dell'Ufficio studi di Confcommercio Mariano Bella presentando un'analisi a trecentosessanta gradi della situazione economica e della crescita di lungo periodo, dell'andamento dei consumi e dell'impatto che l'aumento dell'Iva avrebbe sulle tasche delle famiglie italiane in vista della Legge di Bilancio. Le ultime stime di Confcommercio di marzo scorso prevedono una crescita dell'1,2% nel 2018 e dell'1,1% nel 2019. “Il dato di luglio è particolarmente brutto – spiega Bella – perchè riguarda i beni di consumo e strumentali, e luglio fa parte del terzo trimestre”. La revisione al ribasso riguarderà soprattutto il 2019, ma probabilmente anche l'anno in corso. “Negli ultimi 30 anni – ha detto Bella – abbiamo smesso di crescere – e siamo diventati un paese piccolo in un mondo grande. La causa principale è probabilmente da attribuirsi alla scarsa capacità d'innovazione della classe dirigente e quindi solo in parte da attribuire a fattori esterni”. Secondo Bella, “il nostro Paese dovrebbe tornare ad applicare quella fastidiosa espressione del fare i compiti a casa che significa

intervenire sui deficit strutturali che ci trasciniamo dietro da sempre: logistica, rispetto delle regole, carico fiscale e burocrazia". "I mercati hanno guardato alla sostenibilità del debito che è data dalla possibilità di crescere che ha un Paese". Bella ha poi osservato che "se si accetta l'idea che i conti pubblici non sono una variabile indipendente, ma il risultato dell'operare ordinato o meno di tutta l'economia, allora vale la pena concentrarsi su pochi obiettivi ragionevoli con un approccio selettivo: disinnescare dell'iva, estensione del Rei e taglio agli sprechi pubblici". "Senza l'aumento dell'Iva previsto dalla clausola di salvaguardia – ha concluso Bella – il Pil nel 2019 aumenterà dell'1,1%, se invece l'Iva dovesse aumentare la crescita del Pil si fermerà tra lo 0,8 e lo 0,7 per cento".

Guarda il video: <https://urly.it/3j6r>

Turismo, in città agosto da incorniciare "Il migliore degli ultimi vent'anni"



La città conquista sempre più turisti, anche d'estate. È stato il miglior agosto- eccezion fatta per l'anno di Expo 2015- degli ultimi vent'anni in città, come rilevano gli albergatori. "Agosto è sempre stato un mese tranquillo in una città da sempre legata al turismo business- commenta Alessandro Capozzi, vicepresidente degli Albergatori Ascom-. I numeri segnano quest'anno una crescita dell'8 per cento rispetto al 2017, confermando anche

nella seconda metà del mese quanto già rilevato a Ferragosto. La città sembra essere ormai entrata tra le destinazioni turistiche". A scegliere Bergamo sono soprattutto stranieri, in particolare dal Nord Europa (Danimarca, Finlandia, Polonia), oltre a Francia e Germania. Non manca qualche italiano, anche se restano una minoranza, e arrivano anche israeliani, russi e arabi. Si allungano i tempi di permanenza, in media di due o tre giorni, contro ad una media di soggiorni in altri periodi di una o due notti. "Alla visita della città e di Milano, molti hanno aggiunto un tour sul Lago d'Iseo e la scoperta di San Pellegrino Terme" sottolinea Capozzi. E settembre sembra essere partito con il piede giusto, complice anche il Gran Premio di Monza il week-end scorso: "I segnali sono positivi di qui a ottobre- continua Capozzi-. Il turismo congressuale e business è in ripresa e stiamo ricevendo diverse prenotazioni per le prossime settimane".

Anche nelle località di villeggiatura il bilancio è soddisfacente, anche se senza l'exploit della città che sta riscoprendo solo negli ultimi anni la sua vocazione turistica. Agosto in montagna ha recuperato quanto perso a luglio e si è mantenuto sui livelli dell'anno scorso. Non mancano segnali di ottimismo per i prossimi mesi: gli stranieri si stanno già informando sulla stagione invernale. A chiedere informazioni e prenotare in largo anticipo sono in particolare i danesi, gli olandesi e gli svedesi.

Agosto è stato un ben mese anche per gli albergatori del Lago d'Iseo, in linea con il 2017. Il Sebino conquista sempre più italiani, anche dal centro e centro-sud, che quest'anno hanno compensato il calo (attorno al - 5%) di tedeschi, austriaci e svizzeri, da sempre habituèe delle nostre località lacustri. Il soggiorno medio è stato di tre giorni, contro la media di 1,5 notti di pernottamento nel resto dell'anno. A settembre riprendono le prenotazioni business e congressuali, oltre ai gruppi organizzati: in crescita moto club ed auto club che decidono di portare sulle rive del nostro lago bolidi d'epoca e moto di grossa cilindrata.

Bergamo, pic nic al parco di Redona con i piatti della salute

C'è anche un filone alimentare e gastronomico all'interno di Alimus Festival, la manifestazione che domenica 16 settembre al parco Turani di Redona, a Bergamo, porta in primo piano operatori del benessere, discipline sportive, prodotti sani e sostenibili, associazioni culturali e di promozione della Bergamasca in una sorta di maxi open day per trovare l'attività che fa per sé da intraprendere con l'arrivo dell'autunno.

La giornata (dalle 9.30 alle 19, ingresso gratuito) vedrà infatti debuttare nel parco cittadino la ristorazione con una proposta in perfetta linea con il taglio dell'evento, ossia il benessere psico-fisico, la salute, la consapevolezza e la crescita personale.

Ad occuparsi dell'area ristoro l'associazione L'Essenza

Alimentiamo il Benessere, realtà senza fini di lucro con sede in via Novelli a Bergamo, impegnata nel promuovere cultura alimentare e stili di vita corretti come risorsa di prevenzione e valido supporto in caso di disturbi e patologie, grazie alle potenzialità e alle proprietà terapeutiche degli alimenti giusti.

Nel corso dell'evento – per la colazione, uno spuntino, l'aperitivo, il pranzo o la merenda – si potranno scegliere bevande e piatti cucinati secondo i fondamenti di una sana alimentazione naturale. Spazio quindi a cous cous di verdure e legumi, vegan kebab e vegan burger, bruschette con humus e salse, torte, crepes, tè, tisane, succhi naturali senza zucchero. Non poteva mancare un omaggio alla tradizione bergamasca, tipica delle feste all'aperto, con gli scarpinocc in versione salutare, con pasta fatta con farina tipo 2 di grani primitivi macinata a pietra e ripieno vegetariano, serviti con olio extra vergine di oliva e pomodorini freschi. «Se per quanto riguarda le proteine animali faremo uno strappo alla regola proponendo dei formaggi locali con marmellate – spiega l'Associazione –, cercheremo invece di essere intransigenti sullo zucchero, no quindi alle classiche bibite in lattina. Il messaggio è che alimentarsi in modo sano non significa per forza farlo in modo triste, senza gusto né colore: assaggiare sarà il miglior modo per rendersene conto!».



L'Associazione sarà presente anche con degli stand informativi sulle proprie attività – che vanno dai corsi pratici di cucina naturale al catering, dalla consulenza di terapia alimentare, al personal shopper, agli chef a domicilio – e la vendita dei propri prodotti, preparati con materie prime biologiche e di prima qualità.

Passeggiando tra gli oltre 40 espositori del festival, si potranno anche trovare i premiati yogurt di capra (<https://bit.ly/2MlqdV0>) e i latticini dell'azienda agricola Cascina Aurelia di Bariano, la frutta biologica dell'azienda agricola Il Tarangolo di Clusone, la frutta e gli ortaggi dell'azienda biologica rigenerativa Demetra di Bergamo, il pane e i prodotti da forno realizzati con grani antichi e pasta madre del panificio Grani Madre di Bergamo, i prodotti naturali di Sani Sapori di Dalmine, i tè, le tisane, i caffè e il cioccolato da tutto in mondo selezionati da Emporio 1914, nuova realtà commerciale che ad ottobre aprirà un negozio a Paladina.



Alimus è organizzato dalla scuola di shiatsu LAFONTE e dalla scuola Arti marziali Khawam, entrambe con sede in città, con la collaborazione dell'Aics – Associazione Italiana Cultura e Sport e con il patrocinio del Comune di Bergamo. Per saperne di più e seguire gli aggiornamenti c'è la pagina Facebook @AlimusBergamo. Infoline, tel. 035.369.20.95

GLI ESPOSITORI

Adonis 68 srl – sedute ergonomiche – Almè

Alice Chioda – tatuaggi temporanei all'hennè – Ponte San

Pietro

Al Kemia lab – creazione gioielli alchemici – Brembate Sopra
Almamorada – il cerchio delle donne – Villa d'Almé

Amrita – taiji quan – Monasterolo del Castello

Andrea Digiesi – counselor – Bergamo

Andrea Leurini – cristallo terapia – Fornovo San Giovanni

Aparecida De Amorim – trattamenti, naturopatia – Bergamo

Apeironature – bio cosmesi, prodotti naturali – Grone

Apus ets – counseling – Monasterolo del Castello

Arti marziali Khawam – arti marziali – Bergamo

Azienda agricola Cascina Aurelia – latte e yogurt di capra –
Bariano

Azienda agricola Tarangolo – frutta biologica – Clusone

Cuore di Donna – associazione per la lotta al cancro al seno –
Casazza

Demetra azienda biologica rigenerativa – frutta e ortaggi –
Bergamo

Donatella Redaelli – laboratori artistici – Albino

Ecopasserotto – articoli per neonati – Carvico

Emporio 1914 – tè, tisane, caffè e cioccolato – Paladina

Feng Shui per te – feng shui – Bergamo

Fusion Pilates – pilates, danza – Bergamo

Hth Center – prodotti per la casa – Mapello

Il Tè alla Menta – danza orientale – Seriate

Il tuo Benessere bio – cosmetici vegetali, freschi e biologici
– Treviolo

In Herbis Salus – erboristeria – Albino

LaFonte – scuola di shiatsu e discipline bionaturali – Bergamo

La Terza Piuma – abbigliamento e riciclo – Bergamo

Le Sorgenti – oli essenziali e tinture madri – Bergamo

L'Essenza – alimentazione naturale – Bergamo

Minori in primo piano – associazione per la tutela dei minori
– Bergamo

Ontos – yoga e pilates – Chiuduno

Panificio Grani madre – panificio – Bergamo

Portare i piccoli – fasce porta bebé – Caravaggio

Rasayana ayurveda – ayurveda – Bergamo

Roberta Santinelli – kinesiologia emozionale – Grassobbio
Sabrina Cornelli – theta healing – Villa d’Almè
Sani Sapori – alimentazione naturale – Dalmine
Simona Meroli – consapevolezza corporea emozionale – Capriolo
(Bs)
Spazio Circo – scuola di circo – Bergamo
Spazio Mio – gioielli, pietre, prodotti naturali per il corpo
– Bergamo
Tintallegra – decorazione camerette – Villa d’Almé
Un Chiaro di Luce – numerologia – Treviolo
Yoga Bergamo Asd – yoga, biodanza – Bergamo

La presentazione di ciascun espositore e le iniziative che
propongono al pubblico durante la
giornata alla pagina Facebook @AlimusBergamo

Domenica sul lago ritorna ‘A Strapiombo sul blu’

Domenica 9 settembre ritorna ‘A strapiombo sul blu’. Per tutta la giornata la strada litoranea che unisce Castro, Riva di Solto e Solto Collina si trasformerà in una lunga isola pedonale (dalle 9.30 alle 12.30 e dalle 13.30 alle 19) per ospitare un calendario di eventi all’insegna di natura, arte, sport, divertimento, solidarietà e molto altro. La manifestazione, giunta alla terza edizione, è promossa dai Comuni di Castro, Riva di Solto e Solto Collina, in collaborazione con la Pro Loco di Castro e la Pro Loco La Collina. Per tutta la giornata sarà possibile passeggiare sul lago e partecipare a numerose iniziative. In programma ci sono

musica con dj e la banda di Castro, giochi, laboratori e animazione per i bimbi a cura di Trudy Carotina Jaime show e Hakuna Matata; dimostrazioni dei Volontari dei Vigili del fuoco; stan dei Cavalieri del tartufo, attività sportive al circolo Sport Action (Grè), mostre di biciclette d'epoca, di pittura e fotografia, percorsi alla scoperta dei paesi, nel borgo di Riva e dal battello, e infine i Madonnari di Bergamo. La manifestazione coinvolgerà anche i ristoratori che per l'occasione proporranno sconti o menù tematici.

Per la durata della manifestazione saranno attivi un battello (partenza a cadenza oraria) e un trenino (partenza alla mezz'ora, con cadenza oraria) che collegheranno Castro e Riva di Solto e permetteranno di godersi la giornata dal lago o dalla strada. I braccialetti per usufruire del servizio e delle convenzioni con i ristoranti si possono acquistare agli info point allestiti sui porti dei due paesi (bambini gratis fino ai 6 anni compiuti).

Il programma:

- ore 11.00: esibizione corpo bandistico di Castro e Riva di Solto;
- ore 11.15: esibizione Flyboard a Castro;
- ore 14:30: percorso raccontato a bordo della motonave dal pontile di Riva di Solto;
- ore 15.00: percorso raccontato a bordo della motonave dal pontile di Castro;
- ore 15.30: partenza itinerario medioevale a Riva di Solto;
- ore 16.30: percorso raccontato a bordo della motonave dal pontile di Riva di Solto;
- ore 17.00: percorso raccontato a bordo della motonave dal pontile di Castro;
- ore 17.30: partenza itinerario medioevale a Riva di Solto;

– ore 18.30: esibizione Flyboard a Riva di Solto

**I bar e i ristoranti
convenzionati**

A STRAPIOMBO SUL BLU

Domenica 9 Settembre 2018

Elenco scontistiche e convenzioni con ristoranti e bar per i possessori del braccialetto dedicato alla manifestazione.

RIVA DI SOLTO

- **Ristorante Poggio D'Oro** : Menù a € 20 (gradita prenotazione)
- **Ristorante Vineria Al Guelfo Negher** : 20% di sconto sulla carta
- **Ristorante Miranda** : Menù scontato del 20% (gradita prenotazione)
- **Ristorante Pizzeria Bellavista** : 20% di sconto sulla carta
- **Caffè del Porto** : Pranzo con panino, acqua e caffè a € 5 – dalle ore 15,00 alle ore 19,00 spritz e birra media a 3 €
- **Gelateria Malù** : 3x2 su aperitivi e gelati
- **Trattoria al Lago** : 20% di sconto su menù dedicato
- **La Nuova Macelleria** : Menù grigliata a € 12
- **Tre Corone Wine Bar Birreria** : Menù dedicato a € 10
- **Trenta passi** : 4 diversi menù a € 24 (su prenotazione)
- **Centro sportivo Olea di Gargarino**: 20% di sconto sulla carta

CASTRO

- **Bar Vulcano** : Menù dedicato
- **Bar Mamacaca** : Menù dedicato
- **Ristorante Il Cantù** : Menù AStrapiomboSulBlu: antipasto, primo, secondo, dolce, acqua e caffè a 18€

Per maggiori info

Pagine social e siti internet dei locali

Pagina FaceBook "A Strapiombo sul Blu"

ProLoco di Castro 340- 2756566

ProLoco La Collina 348- 0811402

A STRAPIOMBO SUL BLU

Saldi, bilancio in negativo: -10%. E ora si spera in un buon avvio di stagione



Diego Pedrali

È stata una stagione tutt'altro che esaltante quella dei saldi, che si sono chiusi il 4 settembre. Il responso, come rivela un sondaggio Ascom tra i commercianti, è negativo, con un calo di almeno il 10% rispetto al 2017. "I saldi non sono purtroppo andati secondo le nostre attese e sono tanti i capi in assortimento rimasti sugli scaffali dei nostri negozi - commenta il presidente del Gruppo Abbigliamento, Calzature e articoli sportivi Ascom **Diego Pedrali** -. Molti rilevano un calo fino al 10-15% rispetto allo scorso anno. Non resta che sperare nella nuova stagione. Confidiamo nel meteo: se continua a fare le bizze come lo spread, le previsioni per i commercianti sono tutt'altro che rosee".

Se i saldi estivi, almeno a questa latitudine, sono sempre meno attesi rispetto a quelli invernali, si confida in un buon avvio della nuova stagione: "Storicamente i consumatori anticipano gli acquisti dell'inverno già a inizio settembre. Speriamo che si mantenga il desiderio di rinnovare il guardaroba, sempre che il tempo sia d'aiuto" aggiunge Pedrali.

L'interesse per i saldi, a detta dei commercianti, sta scemando in generale per effetto delle promozioni tutto

l'anno, oltre che della concorrenza sleale di chi non rispetta il divieto della Regione di vendite promozionali nei trenta giorni antecedenti l'inizio delle vendite di fine stagione. Nelle catene dove è possibile ritirare gratuitamente in negozio la merce acquistata on line, crescono i pacchetti e c'è ormai chi compra sul web anche merce per pochi euro. "Pesa la concorrenza crescente dell'e-commerce, per cui si attende la formulazione di una tassazione ad hoc. I commercianti devono operare in un contesto di regole certe e uguali per tutti" continua Pedrali. Spostare la data dei saldi un po' più in là resta sempre tra i desiderata dei commercianti: "Basterebbe rinviarli anche solo a metà luglio. Il periodo di vendite senza sconti è ormai ridotto, con effetti evidenti sui bilanci". Come ogni anno la corsa allo shopping d'occasione ha avuto un inevitabile calo dopo un inizio di saldi abbastanza buono. Quest'estate si è arrivati all'acquisto solo dopo prove e riprove nei camerini, mai così affollati, e solo se i capi sono davvero necessari, anche per non sottrarre budget, in tempo di crisi, alle vacanze. Stop quindi agli acquisti di impulso che con i saldi hanno sempre avuto fortuna, sì a qualche sfizio, ma senza eccessi e follie.

Tornano le "Notti in centro"

Giovedì 6 settembre a Bergamo ultimo appuntamento delle 'Notti in centro': è la volta della danza con 11 postazioni e spettacoli dalle ore 20