Magazine per i soci
e i clienti delle Casse
Raiffeisen dell'Alto Adige

06/2022

magazine

Poste Italiane SpA – Spedizione in Abbonamento Postale – 70% – NE BOLZANO – Raiffeisen Magazine – Periodicità: bimestrale

ANNO NUOVO

Guardare con fiducia al domani

COMUNITÀ ENERGETICHE 10
Progetto pilota avviato dal Comune di Postal

A COLLOQUIO 20
con Jürgen Huber, docente di Economia finanziaria all'Università di Innsbruck

Messaggio pubblicitario

Spazio alle **tue domande.**

Ad esempio durante la consulenza.

E quali sono le tue esigenze?
Parliamone.

Una buona banca comprende i desideri e le possibilità dei suoi clienti, considera la loro situazione personale nel suo insieme e li consiglia con lungimiranza. Non importa se si tratta della loro sicurezza, di un investimento o di un piano di risparmio. Parliamone. **www.raiffeisen.it**

Raiffeisen
La mia banca

Cari lettori

"Un, due, tre! Il tempo corre
a un ritmo forsennato, e noi con lui"
Wilhelm Busch

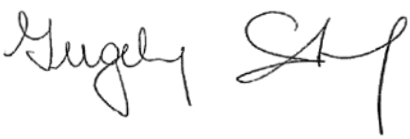
A fine anno ci piace volgere lo sguardo al passato, ma anche guardare al futuro. Che cosa ci resta dei mesi alle spalle e cosa ci riserva il domani? Motivi di afflizione ce ne sarebbero a sufficienza, basta scorrere le prime pagine dei quotidiani. Guerra, crisi economica, cambiamento climatico, sperequazioni sociali: tutti aspetti che incidono sulla nostra vita e che, in parte, ci sconfortano. Nel 2023, le sfide sicuramente non mancheranno, ma all'orizzonte si profilano spiragli e novità positive.

Per affrontare il nuovo anno con lo spirito giusto, non è necessario un ottimismo "a tinte rosa", è sufficiente un atteggiamento realistico che ci permetta di non scoraggiarci nonostante tutto. Il termine più adatto per descrivere questo approccio è la fiducia, quella che ci dà la forza di andare avanti anche quando le cose si fanno difficili. E, anche se a volte rischiamo di smarrirla, dobbiamo essere speranzosi che, dietro alle difficoltà da affrontare, ci attendono ancora molte cose belle e buone.

In questo senso, siate fiduciosi!

Auguriamo a tutti i nostri lettori un sereno Natale e un Anno Nuovo nel segno della gioia e della salute.

Ingeborg Stubenruß



Raiffeisen magazine online:
www.magazin.raiffeisen.it

COPERTINA

04 **Anno nuovo**
Tempi incerti: non perdere la fiducia

DENARO & CO.

08 **Finanze sotto controllo**
Suggerimenti per arrivare a fine mese

10 **Comunità energetiche**
Progetto pilota del Comune di Postal

12 **Responsabilità civile degli sciatori**
Una migliore tutela per gli amanti degli sport invernali

14 **Ethical Banking**
In visita al maso Tschoggler di Riscone

18 **KONVERTO**
Green IT: maggiore sostenibilità grazie a cicli di vita più lunghi

A COLLOQUIO

20 **Prospettive per il 2023**
Intervista al prof. Jürgen Huber

GENTE & PAESI

23 **Novità dalle Casse Raiffeisen**
Si parla di onorificenze, eventi, donazioni e molto altro ancora

CONSIGLI & SVAGO

28 **Avventure nella natura**
Malga Klapfberg e Passo Val Clapa

31 **Il segreto di una comunicazione efficace**
Un'interazione consapevole

COLOFONE Raiffeisen Magazine, 44° anno, n. 6, dicembre 2022/gennaio 2023. **Editore:** Federazione Cooperative Raiffeisen dell'Alto Adige; Via Raiffeisen 2, 39100 Bolzano (BZ). **Autorizzazione:** Tribunale di Bolzano del 10.01.1979. Iscrizione ROC: n. 27524. **Direttore responsabile:** Thomas Hanni. **Caporedattrice:** Ingeborg Stubenruß. **Redazione:** Verena Stürz (vs), Irene Hofer (ih), Christa Ratschiller (cr), Ingeborg Stubenruß (is). **Collaboratori:** Roland Furgler (rf), Olav Lutz (ol), Matthias Mayr (ma), Irene Schlechtleitner (isch), Valeria Sebastiani (vse), Ivo Martinolli (im). **Fotografie:** Ethical Banking (14), stock adobe (5, 6, 8, 10, 12, 15, 18, 19), Cassa Centrale Raiffeisen (23, STA/Elisa Zambiasi), Casse Raiffeisen (24-27), Olav Lutz (28, 29), archivio. **Periodicità:** bimestrale. **Traduzioni:** Bonetti & Peroni, Bolzano. **Layout e produzione:** agenzia creativa BIELOV, Brunico. **Stampa:** Athesia Druck, Bolzano. **Contatti:** Marketing/Federazione Cooperative Raiffeisen, tel. +39 0471 945 381, e-mail: magazin@raiffeisen.it. **Abbonamenti:** variazioni d'indirizzo, disdette e altre comunicazioni devono pervenire alla propria Cassa Raiffeisen. **Edizione online:** http://magazin.raiffeisen.it. **Coordinamento:** Ingeborg Stubenruß.

MISTO
Carta | A sostegno della gestione forestale responsabile
FSC® C010042
FSC www.fsc.org

ANNO NUOVO

Tempi incerti: non perdere la fiducia!

Le notizie negative si rincorrono, ripercuotendosi negativamente sul nostro stato d'animo. Al contempo, cresce il numero delle persone in difficoltà e l'economia arranca di fronte ai prezzi dell'energia fuori controllo. Ma com'è possibile, ciò nonostante, guardare con atteggiamento positivo al nuovo anno?

"Dalla nostra forza mentale dipende il modo in cui affrontiamo le sfide quotidiane e plasmiamo la nostra vita"

Johanna Fischer, mental coach

Motivi di afflizione, al momento attuale, ce ne sarebbero a sufficienza: la guerra in Europa, un'inflazione alle stelle, il rischio di passare l'inverno al freddo, per citarne solo alcuni, ma l'elenco potrebbe allungarsi. Alcuni si chiedono come sia possibile sopportare tutte queste cattive notizie senza deprimersi o scivolare verso il cinismo. Inoltre, si avvicina la fine dell'anno, il periodo tradizionalmente dedicato a riflettere, a stilare bilanci sui mesi passati e chiedersi cosa porterà il nuovo anno.

Sviluppare la forza mentale

Johanna Fischer, terapista dell'alimentazione e mental coach, dopo la laurea in Scienze nutrizionali a Vienna, ha avviato un'attività di consulenza in proprio. Nel suo lavoro, ha subito intuito che qualunque cambiamento, sia a livello dietologico che in qualsiasi altro ambito, ha inizio nella testa. Una volta completata la formazione di mental trainer a Innsbruck, ha modificato completamente il suo approccio lavorativo. "Tendo a non concentrarmi più sulle informazioni, bensì sull'allenamento mentale", ci rivela, "prima viene la testa, poi il corpo".

Infatti, proprio dalla forza mentale, ovvero dall'energia psichica interiore, dipende il modo in cui affrontiamo le sfide, raggiungiamo i nostri obiettivi, risolviamo i problemi o organizziamo attivamente la nostra giornata, se non la nostra intera vita.
Ciò è particolarmente vero in tempi di crisi, quando incertezza e paura gravano pesantemente sulle persone. Fischer suggerisce innanzitutto di prendere coscienza dei propri timori. "Se cerco di convincermi che non ho paura", afferma, "rischio solo di ingigantirla: è lecito avere paura e dichiararlo". Il secondo passo è quello di agire attivamente. "Posso scegliere", prosegue Fischer, "se voglio rimanere intrappolato nei miei timori o se preferisco cambiare punto di vista: posso decidere in modo responsabile e autonomo di modificare il mio atteggiamento mentale". Chi assume una prospettiva diversa, è aperto alle nuove possibilità, più orientato alle soluzioni e spesso più sicuro di sé.

In un'epoca di prezzi energetici esorbitanti, aumenti degli interessi sui prestiti e inflazione galoppante, anche le questioni finanziarie possono essere fonte di ansia. Molti si trovano a dover prendere decisioni in tempi incerti. "Abbiamo appena finito di occuparci della pandemia e ora, con la crisi energetica e la guerra in Ucraina, stiamo affrontando le sfide successive", afferma **Thomas Holzknecht,** consulente ai privati (vedi intervista a pag. 7).

“Volgete la vostra attenzione agli aspetti positivi e cercate di godervi la vita anche in tempi difficili!”

Johanna Fischer

In base alla sua esperienza, soprattutto in una fase così critica, i clienti sono lieti di avere un interlocutore su cui poter contare e con cui parlare anche di temi che esulano dal denaro. “Le persone sono davvero arrivate al limite e, a volte, vogliono solo sfogarsi.
Io cerco di fare entrambe le cose: prestare loro ascolto e assisterle il più possibile in ambito finanziario. La fiducia è fondamentale, perché mette a proprio agio e infonde sicurezza”. Ed è anche uno dei pilastri della consulenza cooperativa di Raiffeisen, in cui si dispensano consigli onesti e si dice apertamente cosa funziona e cosa no.

Concentrarsi sugli aspetti positivi

Un termine che ricorre spesso, soprattutto dopo la pandemia, è resilienza. Per spiegare di cosa si tratta, Fischer ricorre a un’analogia con una tazza e una pallina di gomma: mentre la prima, se cade su un pavimento di piastrelle, si frantuma, la pallina si deforma ma poi torna alla sua forma originale. “Resilienza è la capacità di adattarsi alle situazioni critiche senza farsi abbattere”, afferma. “Ogni situazione presenta al contempo lati positivi e negativi: è il nostro approccio a fare la differenza”, aggiunge. È possibile allenare la propria mente a vedere il bene e le opportunità in ogni circostanza, così come si può addestrare la propria autoefficacia, cioè la convinzione di essere in grado di migliorare attivamente qualcosa.

“Una consulenza finanziaria a tutto tondo è particolarmente importante in tempi di crisi economica”

Thomas Holzknecht, consulente ai clienti privati

Pianificazione finanziaria

La fine dell’anno è il momento di stilare il bilancio e guardare avanti, anche in termini economici. “In quest’epoca di crisi, è importante mantenere il sangue freddo e cercare un supporto professionale”, è il suggerimento di Thomas Holzknecht, “perché una buona pianificazione non lascia nulla al caso”.
Ai suoi clienti consiglia di fare il punto delle proprie finanze, di ripensare i consumi e individuare il potenziale di risparmio, ad esempio, con l’aiuto di un registro delle spese. “Le decisioni di investimento devono essere ben ponderate e pianificate ma, se necessario, possono anche essere rinviate”, consiglia.

Chi in questo periodo riesce ancora mettere da parte qualcosa, dovrebbe investirlo in modo da proteggerlo dall’inflazione e, quindi, dalla perdita di potere d’acquisto. Ogni patrimonio, per quanto modesto, può essere investito con profitto, tenendo presente che la componente temporale gioca un ruolo essenziale. “Anche partendo da piccoli importi mensili, un risparmiatore può accedere ai mercati finanziari con un’ampia diversificazione, per accumulare nel corso degli anni capitali anche ingenti”, ci ricorda Holzknecht. Lo stesso vale per la previdenza pensionistica: cominciando con cifre modeste già in giovane età, nel lungo periodo si può ottenere molto, beneficiando anche degli sgravi fiscali.

La fine dell'anno si avvicina a grandi passi: è il momento di stilare il bilancio e raccogliere nuove energie per il nuovo anno

Holzknecht ritiene importantissimo provvedere alla giusta protezione finanziaria. "Chi cerca di risparmiare in quest'ambito, commette un grosso errore", avverte il consulente. L'assicurazione della responsabilità civile, la polizza caso morte e quella contro gli infortuni sono essenziali per salvaguardare il sostentamento personale e dei propri familiari. "In quest'ambito, è necessario accrescere la consapevolezza", aggiunge convinto Holzknecht. Alla domanda sull'importanza dell'empatia nella consulenza, risponde così: "Nella vita è inutile farsi troppe illusioni, ma è altrettanto controproducente rimuginare e continuare a lamentarsi. È molto meglio adottare un atteggiamento fiducioso e cercare di trarre il meglio dalla situazione che si sta attraversando. Noi, come consulenti, siamo lieti di assistere le persone in tal senso". /ma

LA CONSULENZA IN TEMPI DI CRISI

"Quando si tratta di finanze, nulla deve essere lasciato al caso"

Thomas Holzknecht, consulente ai clienti privati, invita a mantenere la calma nonostante la crisi in atto.

Sig. Holzknecht, i tempi sono dominati dall'incertezza e molti sono preoccupati per il proprio denaro. Come giudica la situazione?
Thomas Holzknecht. L'impennata dell'inflazione sta instillando molti dubbi tra i clienti, allarmati dalla perdita di potere d'acquisto dei propri risparmi, che si chiedono: potrò ancora permettermi la nuova abitazione? I miei investimenti sono al sicuro? Devo ripensare la previdenza per la vecchiaia? Con tutte le notizie negative che leggiamo quotidianamente, non è facile mantenere i nervi saldi.

Come si ripercuotono gli aumenti dei tassi sui clienti che stanno rimborsando un prestito e su quelli che hanno degli investimenti in atto?
A inizio del nuovo anno, le rate di prestiti e mutui a tasso variabile cresceranno ulteriormente a causa degli aumenti dei tassi. In sede di pianificazione finanziaria, si cerca sempre di tenere conto di tale evenienza. Sul versante opposto, i titolari di fondi d'investimento e azioni dovrebbero sapere che la volatilità dei mercati tende ad aumentare in tempi di crisi: l'importante è mantenere i nervi saldi e pensare in un'ottica di lungo termine. D'altro canto, i prezzi bassi in Borsa e gli interessi più elevati sul mercato obbligazionario offrono l'opportunità di acquistare a prezzi più convenienti.

La tutela personale e la previdenza per la vecchiaia continuano a essere un tema importante. Cosa consiglierebbe ai clienti che fanno fatica ad arrivare alla fine del mese?
Suggerisco di non fare tagli sulle coperture importanti come la responsabilità civile, l'assicurazione caso morte o la polizza infortuni, poiché c'è in ballo la sussistenza personale. Per la previdenza pensionistica, invece, si può procedere versando importi anche modesti in Raiffeisen Fondo Pensione oppure scegliere strumenti flessibili, come i piani di accumulo in fondi, che in caso di bisogno consentono la sospensione temporanea dei versamenti. A piccoli passi, è possibile accantonare del denaro anche in tempi di crisi.

Perché la consulenza finanziaria assume un ruolo così importante proprio in questo periodo?
Per pianificare, è necessario avere il quadro preciso della propria situazione finanziaria complessiva, soprattutto quando intervengono cambiamenti che interessano la vita personale, come la nascita di un figlio, una separazione, la riduzione del reddito o la crisi economica. In tema di finanze, è bene non lasciare mai nulla al caso e avvalersi della consulenza professionale personalizzata della Cassa Raiffeisen. /ma

Thomas Holzknecht è consulente ai privati presso la Cassa Raiffeisen di Lagundo

LE FINANZE SOTTO CONTROLLO

Suggerimenti per arrivare a fine mese

Da mesi, i prezzi sono in forte crescita e i risparmi si assottigliano. Che fare? Abbiamo raccolto per voi 7 consigli.

1 FATE ORDINE NELLE VOSTRE FINANZE

Disponete di un sistema ben organizzato per gestire i vostri "affari" familiari o riponete tutte le carte in un cassetto in maniera disordinata? Raccogliete con ordine i documenti in base all'argomento, ad es. assicurazioni, bollette, ecc., così avrete un quadro più chiaro e riuscirete a tenere la situazione meglio sotto controllo

2 TENETE UN REGISTRO DELLE SPESE

Non liquidate questo consiglio come antiquato! Piuttosto, raccogliete per un certo periodo scontrini e fatture, così da farvi un'idea di dove fanno a finire i vostri soldi: acquisirete consapevolezza delle uscite inutili e, forse, individuerete nuove possibilità di risparmio. Esistono anche numerosi strumenti digitali e app che possono aiutarvi in tal senso.

3 RISPETTATE LA REGOLA 60/40

Assegnate delle priorità alle vostre uscite, tenendo presente che le spese fisse, come l'affitto o il mutuo, non dovrebbero eccedere il 60 percento degli esborsi mensili. In tal modo, vi assicurerete una certa flessibilità per far fronte agli imprevisti e, magari, individuerete potenzialità di risparmio nei consumi del tempo libero (ristoranti, palestra, viaggi).

4 NON RISPARMIATE SULLE ASSICURAZIONI CHE PROTEGGONO IL SOSTENTAMENTO FAMILIARE

Un tempo, si soleva dire: il potenziale di risparmio è dato dal reddito, al netto delle spese familiari e dei consumi. Oggi, invece, si dovrebbe ragionare così: dal reddito, al netto delle spese familiari e delle uscite per la previdenza finanziaria, si ricava il denaro disponibile per i consumi.

5 CONSUMATE IN MANIERA CONSAPEVOLE

Per raggiungere obiettivi di risparmio e resistere agli acquisti impulsivi, evitate lo shopping quando siete di cattivo umore o di corsa. Scegliete consapevolmente di fare acquisti anticiclici e, ogni tanto, imponetevi di dire di NO alla cultura consumistica, soprattutto sotto Natale. Prima di fare una spesa importante, confrontate attentamente prezzi e preventivi.

6 FATE DEL RISPARMIO E DEGLI INVESTIMENTI UN'ABITUDINE

Chi ha una buona gestione del denaro, non aspetta l'aumento di stipendio per risparmiare, ma lo fa per consuetudine, preferendo investire il denaro a disposizione, ad esempio, in un piano di accumulo in fondi.

7 PIANIFICATE IL VOSTRO FUTURO FINANZIARIO

Ponetevi obiettivi di risparmio e d'investimento realistici, avvalendovi dell'aiuto professionale del vostro consulente Raiffeisen. Informatevi anche presso gli uffici provinciali e i patronali su contributi pubblici e sovvenzioni cui avete diritto. /is

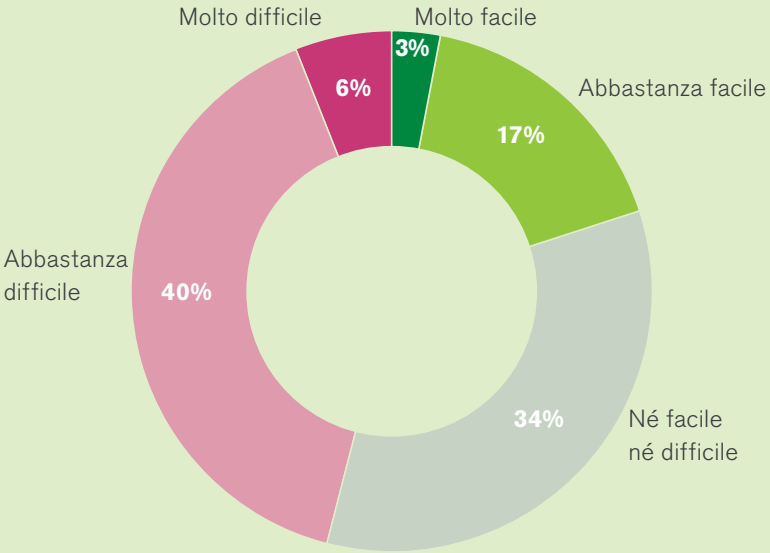
Fatti & cifre

STATISTICHE DAL MONDO DELLA SOCIETÀ E DELL'ECONOMIA

ARRIVARE A FINE MESE CON IL PROPRIO STIPENDIO...

... è difficile per quasi il 50% dei lavoratori dipendenti altoatesini.

Solo 1 famiglia su 3 prevede di riuscire a risparmiare nei prossimi 12 mesi.



FONTE: BAROMETRO IPL, OTTOBRE 2022

CURIOSITÀ

100.000 euro investiti nel 2017 sono diventati...

Azioni europee ↗
140.073,04

Obbligazioni europee →
92.335,11

Euribor 3M →
97.928,18

FONTE: CASSA CENTRALE RAIFFEISEN (AGGIORNAMENTO AL 31 OTTOBRE 2022)

Presto gli impianti fotovoltaici installati sugli edifici del Comune di Postal produrranno energia

NUOVE OPPORTUNITÀ

Postal, in fase di lancio il progetto pilota della comunità energetica

Con l'obiettivo di ridurre il prezzo dell'elettricità per i suoi cittadini, il Comune di Postal in Val d'Adige sta avviando la prima comunità energetica dell'Alto Adige.

Barbara Passarella è responsabile del progetto pilota presso la Federazione Raiffeisen

Il 4 ottobre, la giunta comunale di Postal ha approvato una risoluzione per la creazione della prima comunità energetica in provincia. Il Comune metterà a disposizione i tetti dei propri edifici per l'installazione di impianti fotovoltaici, dando così il via libera alla produzione e all'utilizzo congiunto di energia, in collaborazione con le imprese e l'intera cittadinanza.

Inizialmente, verrà condotta un'indagine per capire quali edifici comunali sono idonei all'installazione. In una seconda fase, verranno incluse anche aziende e abitazioni private al fine di avere il maggior numero possibile di impianti sui tetti del territorio comunale. Con l'energia così generata, il Comune di Postal otterrà un sensibile risparmio di costi; il resto dell'energia sarà messo a disposizione della comunità energetica, che potrà avvalersi dei contributi per l'autoconsumo collettivo.

Supporto di partner

Il progetto pilota è sostenuto da **Federazione Cooperative Raiffeisen, Alperia Spa e da Regalgrid, partner tecnologico.** La decisione di fondare la comunità energetica è stata preceduta da una febbrile fase di lavoro tra Comune di Postal e tali partner, in cui il team di consulenti – Barbara Passarella per la Federazione Raiffeisen, Alessandro Costa per Alperia e Stefano Nassuato per Regalgrid - è riuscito a fugare ogni dubbio.

Chi si candida per la costituzione di una comunità energetica potrà contare sul supporto di questi tre soggetti, che forniranno una consulenza esaustiva su tutti gli aspetti amministrativi, contabili, fiscali e relativi al monitoraggio, nonché sulla gestione e l'allocazione dei flussi energetici e del relativo valore aggiunto economico. Le comunità energetiche sono disciplinate dalla Direttiva UE 2018/2001 RED II: ai sensi dei regolamenti attuativi, che devono ancora essere pubblicati, in aggiunta al prezzo dell'energia, godono di un contributo per l'autoconsumo collettivo per la durata di 20 anni.

Il 24 novembre si è tenuta una serata informativa rivolta a tutti i cittadini e le imprese del comune di Postal, durante la quale sono stati illustrati i dettagli della futura comunità energetica. /isch

COOPERATIVE SOCIALI

Ribadito il significato del Terzo settore

In autunno è stato presentato uno studio sull'attività delle cooperative sociali in Alto Adige, i cui numeri ne dimostrano l'importanza per la società e l'economia nel suo complesso.

I risultati di questa indagine, che copre gli anni dal 2015 al 2021, sono stati presentati in una conferenza stampa a Bolzano dagli esponenti del **Comitato paritetico per le cooperative sociali,** organismo costituito da associazioni e sindacati, che punta a rappresentare gli interessi di queste realtà nei confronti delle autorità pubbliche.

"Dai dati forniti dall'osservatorio del Comitato paritetico, emerge chiaramente che il cosiddetto Terzo settore riveste grande importanza economico-sociale, caratterizzandosi per una forte presenza femminile, numerosi posti di lavoro part-time e buone opportunità di conciliabilità tra famiglia e lavoro", ha sottolineato **Christian Tanner, vicedirettore della Federazione Raiffeisen.** Le cifre testimoniano che, grazie alla loro flessibilità, le cooperative sociali hanno superato bene gli anni della pandemia.

Esponenti del Comitato paritetico per le cooperative sociali (da sx): Claudio Alessandrini (CISL), Sufali Rajmond (SGBCISL), Christof Gamper e Christian Tanner (Fed. Raiffeisen), Alex Baldo (Coopbund) e Nicola Grosso (AGCI)

Come ha rilevato **Monica Devilli, presidente di Coopbund,** offrono prevalentemente servizi ad alta intensità di personale. In futuro, queste cooperative assumeranno sempre maggiore importanza per ambiti quali l'assistenza all'infanzia, agli anziani e alle persone con disabilità e pertanto, secondo il Comitato paritetico, non basta la riqualificazione di una singola professione. "Il miglioramento economico previsto per gli assistenti all'infanzia non è sufficiente", ha affermato **Claudio Alessandrini della CISL,** "serve la valorizzazione dell'intero settore".

In Alto Adige, l'importanza socioeconomica di questo comparto è ancora sottovalutata. Il Comitato paritetico ha quindi proposto uno studio sul bilancio sociale complessivo di queste realtà in Alto Adige, insieme a una revisione dell'attuale sistema di appalti, aiuti e contributi. "La valorizzazione delle cooperative sociali deve essere promossa anche a livello politico", ha affermato in conclusione Christian Tanner. /isch

CENTRO DI COMPETENZE PER LE COOPERATIVE SOCIALI PRESSO LA FEDERAZIONE RAIFFEISEN

Operativo dalla primavera 2020, questo organismo si impegna a tutelare gli interessi delle cooperative sociali aderenti alla Federazione Raiffeisen, offendo numerosi servizi di consulenza. Per promuovere la professionalizzazione degli organi dirigenti, attualmente viene organizzato un corso interdisciplinare.

ASSICURAZIONE R.C. E INFORTUNI

Una migliore tutela per gli amanti degli sport invernali

Già a inizio anno, per accedere alle piste è necessario essere in possesso di un'assicurazione della responsabilità civile (r.c.). Chi non ne è ancora in possesso, può ora stipularne una, anche sotto forma di polizza giornaliera, attraverso la Raiffeisen-App.

Il nuovo decreto sugli sport invernali (D.lgs. 40/2021) punta ad accrescere la sicurezza nella pratica di vari sport invernali. D'ora in avanti, gli infortuni che si verificheranno sulle piste saranno coperti dall'assicurazione della responsabilità civile obbligatoria, che ridurrà così i rischi finanziari a carico di chi è responsabile dell'incidente. Inoltre, i minori devono indossare un casco protettivo. L'obbligo di stipulare una polizza non interessa solo gli sciatori, ma più in generale tutti gli sportivi che accedono alle piste, compresi slittinisti, escursionisti con le ciaspole e scialpinisti che ritornano a fondovalle.

"L'assicurazione obbligatoria non interessa solo gli sciatori, ma chiunque acceda alle piste"

Werner Müller, consulente assicurativo

Responsabilità civile, un must per tutti

La stipula di un'assicurazione r.c. è indispensabile. "Poiché copre rischi che possono mettere a repentaglio il sostentamento personale, è una delle polizze di base che dovrebbero avere tutti, non solo gli sportivi", ci spiega **Werner Müller, consulente di Raiffeisen Servizi Assicurativi.** Molti clienti Raiffeisen dispongono già di questa importante forma di tutela e possono quindi accedere alle piste senza problemi.

La garanzia "RC della vita privata" è inclusa nelle polizze multirischi del gruppo assicurativo Assimoco che coprono i rischi gravanti sull'abitazione e la famiglia, ma anche in quelle che tutelano le aziende agricole. Per i nuclei familiari, in particolare, Müller raccomanda di scegliere un massimale di almeno due milioni di euro, tenendo sempre conto della situazione

personale. “Suggerisco inoltre a tutti gli sportivi di stipulare un’assicurazione contro gli infortuni”, aggiunge Müller, “perché un incidente sulle piste può avere conseguenze durevoli sulla salute e comportare gravi oneri finanziari, di cui si farebbe carico la polizza privata”.

NOVITÀ: assicurazione Raiffeisen della responsabilità civile per gli sciatori

“Anche se la polizza r.c., in linea generale, non è obbligatoria per legge, è un’assicurazione basilare e quindi è sempre consigliabile stipularla come contratto a ricorrenza annuale”, ci ricorda il consulente Müller. **Chi non dispone di una copertura assicurativa per la responsabilità civile, da dicembre può tuttavia sottoscrivere la polizza obbligatoria per gli sport invernali comodamente online tramite la Raiffeisen-App.** La nuova “RC sciatore Raiffeisen” del Gruppo Assimoco può essere sottoscritta anche per un periodo di tempo limitato, ad es. su base giornaliera. /ih

ATTESTAZIONE DELL’ASSICURAZIONE

La Cassa Raiffeisen in loco può certificare l’esistenza di una copertura assicurativa della responsabilità civile. Tale attestazione può essere rilasciata a tutti gli sportivi, a condizione che abbiano attivato la garanzia “RC della vita privata” e saldato il premio per l’anno in corso.

Una protezione per te e per l’ambiente

GESTIONE DIGITALE DELLE ASSICURAZIONI: NEL RISPETTO DELL’AMBIENTE E A FAVORE DI UNO SVILUPPO SOSTENIBILE

- Presso la Cassa Raiffeisen in loco/agenzia, le polizze possono essere stipulate elettronicamente (senza uso di carta) tramite firma digitale (con password temporanea inviata via SMS); tutti i documenti vengono inviati in formato digitale.
- Per la gestione delle polizze è possibile avvalersi di Raiffeisen-App, Raiffeisen Online Banking o dell’area clienti personale Assimoco.

NOVITÀ ONLINE!

Le informazioni sull’assicurazione della responsabilità civile per sciatori del Gruppo Assimoco sono consultabili in un’area linkata, **dov’è anche possibile stipulare comodamente la polizza.**

VANTAGGI

- Niente code e spostamenti
- Tempi di attesa azzerati, accesso possibile in qualunque momento
- Più tempo a disposizione per sé stessi, meno stress

Assicurazione e previdenza privata con Raiffeisen nel segno della sostenibilità e dell’etica. Con la sua attività, Raiffeisen Servizi Assicurativi dà un contributo alla tutela dell’ambiente e della società.

Da sx, Sabine, Marco, Roland e Lukas (troupe cinematografica di Ethical Banking) con Marina (Cassa Raiffeisen di Brunico)

ETHICAL BANKING

Ortaggi bio, dove la varietà è di casa

In visita a Sabine e Marco presso il Tschogglerhof di Riscone.

Al Tschogglerhof di Riscone, Sabine Oberheinricher e Marco Perri non si dedicano solo alla coltura di ortaggi, ma anche all'allevamento di polli e all'industria del legno, oltre ad aver attivato un sistema di cassette in abbonamento chiamato "Bauernbox". Questo maso storico è passato dal nonno Oberheinricher alla madre di Sabine e, infine, alla giovane contadina, che da anni lo gestisce insieme a Marco secondo i principi dell'agricoltura biologica.

Una colorata varietà di ortaggi

Interazione consapevole con la natura

"Il nostro obiettivo principale è quello di preservare la biodiversità e la varietà dell'agricoltura su piccola scala, adottando un approccio consapevole alla natura", ci rivela Sabine, mentre è intenta a preparare un'invitante cassetta di verdure per Ethical Banking. "Inoltre", prosegue, "siamo per così dire autosufficienti, avendo la possibilità di stoccare molte merci per i mesi invernali". Uno stagno, alcune cassette per la nidificazione, ma anche siepi e aree fiorite favoriscono la ricchezza di specie biologiche. Con l'allevamento di polli, inoltre, la coppia ha dato vita a un'attività economica secondaria.

"Il nostro 'Bauernbox' viene consegnato a oltre 50 famiglie e, con la nostra presenza al mercato contadino, facciamo confluire in modo sostenibile i prodotti dell'azienda nei cicli economici regionali", ci riferisce Marco, esperto giardiniere, non senza una punta di orgoglio.

Agricoltura solidale

La coltivazione di ortaggi in Val Pusteria pone Sabine e Marco di fronte ad alcune sfide: la stagione è breve e i mesi estivi richiedono molta manodopera. La cassetta di verdure funziona secondo il principio dell'agricoltura solidale: in primavera, i consumatori decidono insieme agli agricoltori cosa coltivare e si impegnano ad acquistare un box alla settimana fino a fine stagione. Questo dà una certa sicurezza nella pianificazione e rende l'azienda agricola meno dipendente dalle pressioni del mercato. La ristrutturazione degli edifici agricoli è stata finanziata con un mutuo Ethical Banking (linea "Agricoltura biologica"), erogato dalla Cassa Raiffeisen di Brunico. /rf

PER SAPERNE DI PIÙ:

Link diretto al breve filmato: https://www.youtube.com/watch?v=YHnFslZgfaw

www.youtube.com/ethicalbanking
www.ethicalbanking.it

SOSTENIBILITÀ

I criteri ESG per gli investitori

L'UE vuole convertire rapidamente l'economia europea in un'ottica di sostenibilità. Le misure, che hanno un impatto su molti settori, sono note come ESG (Environment, Social, Governance). In questa rubrica, vi illustriamo i cambiamenti che interessano gli investitori e i motivi che li determinano.

PARTE 1
Cosa s'intende con ESG?

Il termine "sostenibilità" è associato prevalentemente alla tutela dell'ambiente, promossa anche dalle misure comunitarie che, quale obiettivo primario, puntano a un'economia sostenibile dal punto di vista ecologico. Tuttavia, la sostenibilità riguarda anche la condotta sociale e la buona governance aziendale. Poiché queste tre aree non sono indipendenti l'una dall'altra, devono essere considerate nel loro complesso: ad esempio, non può essere perseguito un interesse economico a spese dell'ambiente e nessun obiettivo ecologico deve arrecare danni sociali. Esattamente questa è la considerazione che si cela dietro la sigla **ESG, acronimo di Environment, Social and Governance, pilastri di un operato sostenibile.** L'obiettivo finale è garantire che i flussi di denaro siano incanalati in attività economiche sostenibili. In tal senso, chiunque voglia contrarre un prestito o investire il proprio patrimonio, dovrebbe essere incoraggiato a adeguarsi a tali criteri, conformandosi alle linee guida sulla sostenibilità di chi mette a disposizione il capitale, come le banche.

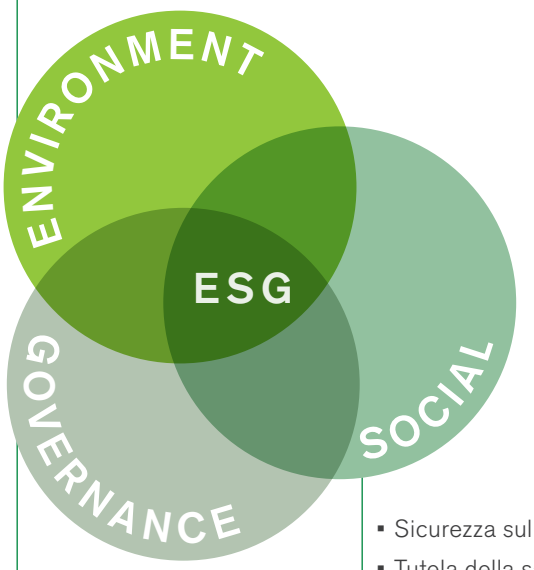
Con il pilastro **"Environment"** si persegue l'obiettivo di rafforzare la protezione del clima e l'adattamento ai cambiamenti climatici, azzerando le emissioni di CO_2.

Il pilastro **"Social"** promuove il valore aggiunto a livello sociale e comprende, tra le altre misure, la tutela dei diritti umani e dei lavoratori, le pari opportunità e la salute.

Infine, il pilastro **"Governance"** mira a una gestione aziendale responsabile con riferimento alla diversità a livello di management, alla trasparenza nei criteri di remunerazione e alla conformità alle norme.

Questi fattori non finanziari vengono presi in considerazione già oggi, e lo saranno ancor di più in futuro, nel processo di selezione dei prodotti di investimento, che mira a escludere i "peggiori" e a premiare solo i "migliori". Anche Raiffeisen, con la sua strategia della sostenibilità, si è impegnata a rispettare tale approccio. /vse

- Protezione dell'ambiente e del clima
- Riduzione delle emissioni
- Utilizzo di energie rinnovabili
- Uso attento delle risorse e dell'energia
- E molto altro



- Sicurezza sul lavoro
- Tutela della salute
- Rispetto dei diritti umani e dei lavoratori
- Condizioni di lavoro eque
- Pari opportunità
- E molto altro

- Gestione aziendale nel segno dell'etica
- Prevenzione della corruzione
- Gestione del rischio
- Diversità a livello di management
- Conformità alle norme
- E molto altro

IMPOSTA COMUNALE SUGLI IMMOBILI

Ravvedimento operoso per i pagamenti ritardati

L'imposta comunale sugli immobili, nota come ICI, è pagabile in due rate: entro il 16 giugno dell'anno di riferimento deve essere versata la prima rata ed entro il 16 dicembre il saldo. I pagamenti ritardati possono essere recuperati volontariamente con piccole sanzioni.

L'ICI è dovuta da proprietari, usufruttuari, enfiteuti, locatari, titolari di diritti di superficie, di diritti reali di abitazione o di utilizzo di edifici o terreni edificabili. Presupposto per l'applicazione dell'imposta è pertanto il possesso sul territorio comunale di beni immobili, ossia di edifici e terreni edificabili, qualunque sia la destinazione o la tipologia, compresa l'abitazione principale e i suoi accessori.

ABITAZIONE PRINCIPALE E ACCESSORI

Con abitazione principale s'intende l'immobile registrato nel catasto dei fabbricati, dove il proprietario e la sua famiglia soggiornano abitualmente e dove hanno la residenza anagrafica. Entrambe le condizioni devono essere soddisfatte contemporaneamente. Sono considerate accessori dell'abitazione principale solo le unità immobiliari classificate nelle categorie catastali C/2, C/6 e C/7 (cantine, garage e posti auto).

DETRAZIONE PER L'ABITAZIONE PRINCIPALE

Dall'ICI per l'abitazione principale e i relativi accessori, viene detratto un importo pari all'imposta che sarebbe dovuta per un alloggio di categoria catastale A/2 classe 1, composto da 10 vani, incrementato del 30%. Il Comune può decidere di aumentare tale detrazione per l'abitazione principale fino all'ammontare dell'imposta dovuta.

VERSAMENTO

Al momento del pagamento del saldo a dicembre, deve essere calcolata l'imposta per l'anno in corso, tenendo conto di quanto dovuto e delle detrazioni applicabili per il 2022, al netto della prima rata versata a giugno. Nella maggior parte dei casi, i Comuni inviano ai contribuenti i bollettini di pagamento precompilati (moduli F24).

SANZIONI E RAVVEDIMENTO OPEROSO

In caso di ritardato o mancato pagamento dell'imposta, si applica una sanzione amministrativa pari al 30% dell'imposta dovuta.

Se il **ravvedimento volontario** viene effettuato entro i primi 15 giorni dalla data di scadenza, la sanzione è ridotta allo 0,1% per ogni giorno di ritardo; se invece il versamento avviene tra il 15° e il 30° giorno, la sanzione è pari all'1,5%, mentre se eseguito entro 90 giorni è dell'1,67%.

A causa della riforma dell'ICI approvata lo scorso anno, **a partire dal 1° gennaio 2023, i Comuni con carenza di alloggi dovranno procedere a un drastico aumento dell'imposta sugli alloggi sfitti e sui terreni edificabili** inutilizzati, ma possono procedere in tal senso anche quelli che non lamentano tale situazione. Per maggiori informazioni, è possibile consultare il sito internet del rispettivo Comune.

Dott. Thomas Weissensteiner,
Area Fiscale & Contabile
Federazione Cooperative
Raiffeisen

CONSIGLI CONTRO I TENTATIVI DI TRUFFA

La prudenza non è mai troppa!

Sempre più clienti delle banche finiscono nel mirino dei truffatori. Per proteggervi, vi invitiamo a seguire questi semplici consigli.

1 IGNORATE LE CHIAMATE INSISTENTI

"Il Suo conto è stato bloccato per motivi di sicurezza" oppure "Si è verificato un problema con il Suo dispositivo". Sono solo alcuni esempi di minacce che i malfattori adoperano per cercare di sottrarvi i dati personali o spingervi a effettuare un pagamento a loro favore. Spesso i criminali si fingono dipendenti della banca, allo scopo di conquistare la vostra fiducia o mettervi sotto pressione. Prima di compiere qualunque operazione, chiamate il vostro consulente in banca!

2 FATE ATTENZIONE AI NUMERI TELEFONICI MANIPOLATI

Può accadere che, sul display del vostro telefono, appaia un numero, a prima vista uguale a quello della vostra banca, ma che in realtà è stato manipolato per ingannarvi. Un presunto dipendente della filiale vi chiama e vi invita a cliccare sul link di un'e-mail che avete ricevuto qualche giorno prima (e che riporta sempre l'intestazione della banca). L'interazione tra e-mail e telefonata può far sembrare attendibile l'operazione, ma attenzione: anche in questo caso, non cliccate su alcun link o non scaricate alcun programma, anche se la persona che vi ha chiamato vi sembra affidabile.

3 NON FATEVI METTERE SOTTO PRESSIONE

Qualunque sia lo scenario che il chiamante vi sta dipingendo, non fatevi mai mettere sotto pressione, ma rimanete lucidi e calmi. L'obiettivo dei malfattori è proprio quello di spingervi a intraprendere un'azione, ovvero a cliccare su un link, a digitare i vostri dati personali, a scaricare un software nocivo o, in altro modo, a divulgare informazioni riservate. In caso di dubbio, semplicemente interrompete la comunicazione!

4 I VOSTRI DATI PERSONALI SONO TOP SECRET

In linea generale, ricordate di gestire in maniera responsabile le vostre informazioni personali. Oltre a numeri di carte, PIN e codici di sicurezza, anche il vostro indirizzo postale, il numero di telefono e la data di nascita sono dati riservati: prima di comunicarli a chiunque, riflettete se sono davvero necessari ai fini dell'operazione che avete richiesto. /im

COMMENTO DI BORSA

"I pronostici sono difficili, soprattutto se riguardano il futuro"

(Mark Twain)

Non assistevamo a una situazione del genere dagli anni '70. Quest'anno, sia le obbligazioni che le azioni di tutto il mondo hanno lasciato sul terreno oltre il 18%. Se la guerra in Ucraina e il suo impatto sui prezzi energetici possono essere stati la causa scatenante, le ragioni sono molto più profonde. È chiaro che ci troviamo a un punto di svolta, il cui esito è tutt'altro che scontato e mette in discussione ogni certezza: il significato di una globalizzazione sconfinata, così come il concetto economico del capitalismo dominato dall'azionariato o l'affermazione del modello occidentale di democrazia.

Dott. Martin von Malfèr, reparto servizi finanziari, Cassa Centrale Raiffeisen dell'Alto Adige SpA

In un contesto simile, nessuno osa fare previsioni, perché andrebbero riviste dalla sera alla mattina. La politica è allo sbando e spesso si concentra su questioni di difficile comprensione. Se un'azienda investe oggi in una tecnologia, può accadere che domani questa venga proibita mentre, al contrario, settori che si davano per morti stanno tornando in auge. Al contempo, il cambiamento climatico sembra inarrestabile: l'assenza di precipitazioni rende più difficile la sicurezza dell'approvvigionamento alimentare, i trasporti fluviali, le forniture energetiche e la produzione di molti beni industriali. Ma chi può prevedere con precisione i capricci del tempo per gli anni a venire?

In un'epoca di crescente incertezza, in tutto il mondo si tende a investire di meno. Alcuni lo fanno perché il costo della vita sta sfuggendo loro di mano, altri perché costretti a vendere gli hedge fund. A causa dell'inflazione, le banche centrali sono spinte a "frenare" e a puntare su un riordino del mercato. Se il conflitto in Ucraina finirà tra dodici mesi, il 2023 sarà un anno più tranquillo: dopo un primo semestre di stagnazione, possiamo attenderci un calo dei prezzi e un aumento della produzione economica in Europa e negli Stati Uniti, il che avrebbe un impatto positivo sui mercati.

Green IT: maggiore sostenibilità grazie a cicli di vita più lunghi

Digitale ed ecologico? Oggi è possibile!

La sostenibilità è un tema socio-ecologico che riguarda l'intera collettività e, pertanto, coinvolge anche l'ambito informatico. Ecco come rendere più "verde" il settore IT.

Il ciclo di vita media di un computer è di cinque anni, mentre uno smartphone spesso viene sostituito già dopo dodici o ventiquattro mesi: questa tendenza all'usa e getta e la breve durata dei dispositivi elettronici rappresentano un problema per gli obiettivi di sostenibilità. Già nel 1988, un'azienda informatica giapponese aveva avviato un programma per l'apertura di un centro di riciclaggio e lo sviluppo di prodotti ecologici. A partire dalla fine degli anni 2000, la Green IT ha quindi preso definitivamente piede a causa della proliferazione globale di internet e dei dispositivi finali associati.

Ma cosa s'intende con Green IT?

Poiché il suo obiettivo è quello di rendere il ciclo di vita dei dispositivi informatici il più ecologico e a basso consumo di risorse possibile, comprende misure volte al miglioramento della riciclabilità e dello smaltimento degli apparecchi elettronici. Tutte queste fasi allungano la durata di un prodotto, rendendolo più sostenibile.

Sostenibilità in azienda

Nel marzo 2022, la Commissione europea ha proposto un nuovo regolamento sulla progettazione ecocompatibile, che mira a rafforzare la sostenibilità del maggior numero possibile di prodotti e copre molti ambiti, come durata, riutilizzabilità e aggiornabilità dei dispositivi, efficienza energetica e delle risorse, rigenerazione, riciclaggio e molto altro.

KONVERTO vi sostiene nel percorso verso un'azienda più "verde".

- Se le trasferte aziendali richiedono molte risorse, le videoconferenze sono decisamente più sostenibili: gli strumenti di collaborazione Microsoft vi rendono più efficienti, salvaguardando al contempo l'ambiente.
- L'hardware consuma molta energia, spazio e risorse: la virtualizzazione del desktop e l'hosting di dati e file nel datacenter KONVERTO contrastano questa tendenza.
- Il nostro managed desktop consente l'installazione e la gestione del vostro software con un risparmio di risorse.

Suggerimenti di Green IT da adottare a casa

- Con la ricarica intelligente, risparmiate energia e preservate la batteria del vostro dispositivo: ricaricate già a partire dal 20%, ma non oltre l'80%.
- Acquistate selettivamente apparecchi privi di effetti nocivi, contrassegnati da marchi di qualità come "Blauer Engel", "Energy Star" o "Ecolabel UE".
- Riducete il consumo energetico: con l'aiuto di dispositivi ad hoc, come prese di corrente commutabili o regolatori intelligenti per radiatori, è possibile ottenere grossi risparmi. KONVERTO offre soluzioni innovative per la vostra smart home.
- È possibile ottenere buone prestazioni anche con consumi energetici ridotti? Certo, ricorrendo alle applicazioni cloud!

/vs

DA SAPERE

LA FINANZA SPIEGATA IN PAROLE SEMPLICI

Risparmio Casa, forte ritorno di interesse

Che cos'è il Risparmio Casa?
Chi è iscritto a un fondo pensione complementare convenzionato, come Raiffeisen Fondo Pensione Aperto, può accedere a un mutuo agevolato, a condizione di aderire al fondo da almeno otto anni e di essere residente in provincia di Bolzano da almeno cinque. Il modello di Risparmio Casa è valido solo per l'abitazione principale, che deve essere ubicata anch'essa in Alto Adige.

Importo del prestito
L'importo del mutuo liquidato può essere al massimo il doppio del capitale accumulato nel fondo pensione, con un minimo di 15.000 e un massimo di 200.000 euro; la durata può essere compresa tra 18 mesi e 20 anni. La liquidazione avviene tramite le Casse Raiffeisen.

Perché il Risparmio Casa sta acquisendo nuovo interesse proprio ora?
Questo modello di risparmio edilizio è disponibile in provincia di Bolzano dal luglio 2015. Negli ultimi due anni si è assistito a un calo delle domande, dovuto ai bassi tassi di interesse. **Nella prima metà del 2022, il numero delle richieste e gli importi dei mutui hanno registrato un nuovo aumento:** a fine giugno, erano stati erogati 19,3 milioni di euro a 182 beneficiari. Chi ha sottoscritto un mutuo a tasso variabile, dovrà fare i conti con un incremento delle rate dovuto all'aumento dei tassi, un aspetto che non preoccupa invece chi ha aderito al Risparmio Casa, poiché il tasso d'interesse fisso dell'1% è garantito per l'intera durata del prestito. Pertanto, questa formula è particolarmente vantaggiosa per finanziare l'abitazione, soprattutto in periodi turbolenti come quello attuale.

PROSPETTIVE DI MERCATO PER IL 2023

“Mantenere i nervi saldi anche in fasi turbolente”

L’attuale combinazione di crisi energetica, guerra, incertezza generale e inflazione è un cocktail esplosivo. Ma che cosa ci riserverà il nuovo anno? A cosa devono essere preparati gli investitori? In questa intervista, il prof. Jürgen Huber, direttore dell’Istituto per banche e finanze dell’Università di Innsbruck, ci illustra il suo punto di vista.

Prof. Huber, in che direzione si muoverà la congiuntura nei prossimi mesi?

Prof. Jürgen Huber. La situazione è chiaramente pesante e orientata al ribasso. Il motivo principale è legato allo shock dei prezzi energetici, che si ripercuote su ogni ramo economico e ogni famiglia. Se oggi l’energia costa il 10% della nostra produzione economica, anziché il 3% come in passato, ci viene sottratto un 7% di potere d’acquisto da spendere per altro, e ogni settore ne risentirà in un prossimo futuro.

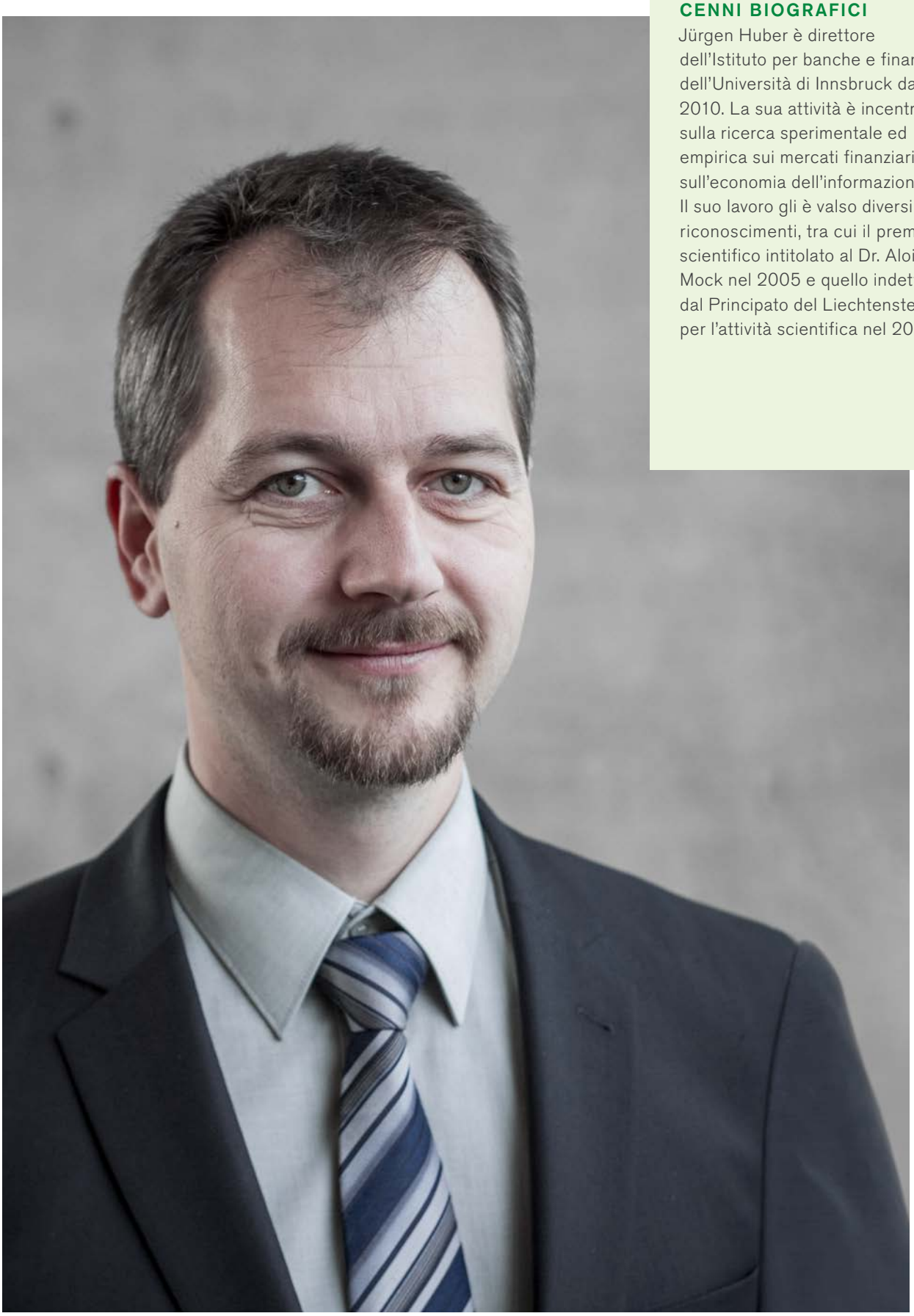
Ritiene che l’inflazione rimarrà così alta? E quali saranno le conseguenze?

Il tasso d’inflazione, che attualmente si aggira intorno al 10%, rimarrà pressoché invariato fino a febbraio 2023, ma poi scenderà sensibilmente. Bisogna sapere che questo parametro è calcolato su base annuale: gli attuali costi energetici vengono messi a confronto con quelli di 12 mesi fa e, in questo lasso di tempo, sono aumentati di circa il 50%, spingendo l’inflazione verso l’alto. A marzo 2023, il raffronto verrà effettuato con marzo 2022, e questo porterà a una significativa riduzione. Tuttavia, nel lungo periodo, i prezzi dell’energia sono destinati a rimanere più alti rispetto agli anni e ai decenni passati e ciò si tradurrà in una ridotta prosperità.

I politici stanno cercando di contrastare la crisi con pacchetti di aiuti: queste iniezioni di denaro sono solo una goccia nel mare? Da dove dovrebbero iniziare a muoversi l’UE?

Le misure di sostegno aiutano sicuramente le persone più colpite, ma pompano ulteriore liquidità in un’economia che ne ha fin troppa, il che è esattamente ciò che ha scatenato l’inflazione. Non si può combattere il fuoco dell’inflazione con altro fuoco (nuova moneta). Anche un tetto al prezzo del gas, come quello applicato in Germania, è controproducente: lo Stato sborsa 200 miliardi di euro affinché i cittadini tedeschi paghino solo il 20% delle loro bollette del gas (e il restante 80% è a carico dello Stato), attenuando lo stimolo a risparmiare davvero sui consumi. Ogni singolo Paese e l’UE nel suo complesso devono fare tutto il possibile per sviluppare rapidamente le fonti di energia rinnovabile: se fossero investiti qui, i 200 miliardi di euro sarebbero davvero spesi bene e in un’ottica sostenibile.

“Ogni singolo Paese e l’Unione nel suo complesso devono fare tutto il possibile per sviluppare rapidamente le fonti di energia rinnovabili”



CENNI BIOGRAFICI

Jürgen Huber è direttore dell'Istituto per banche e finanze dell'Università di Innsbruck dal 2010. La sua attività è incentrata sulla ricerca sperimentale ed empirica sui mercati finanziari e sull'economia dell'informazione. Il suo lavoro gli è valso diversi riconoscimenti, tra cui il premio scientifico intitolato al Dr. Alois Mock nel 2005 e quello indetto dal Principato del Liechtenstein per l'attività scientifica nel 2007.

Da dove vengono tutti questi soldi? Prima i sostegni a chi è stato colpito dal coronavirus, quindi le forniture di armi all'Ucraina, i pacchetti di aiuti, i piani di riforma dell'UE... è tutto finanziato attraverso il debito pubblico?
Purtroppo, sì. Da molti anni a questa parte, tutte le crisi vengono "risolte" con fondi statali, ovvero con nuovo debito pubblico, gran parte del quale viene a sua volta finanziato direttamente dalla BCE, che acquista titoli di Stato (cioè i prestiti contratti dai governi nazionali per colmare i loro deficit): tutto questo è molto pericoloso e contribuisce a far impennare l'inflazione.

Ritiene che la BCE abbia reagito troppo tardi con il rialzo dei tassi?
Sì, la BCE ha chiaramente perso tempo: i tassi di interesse avrebbero dovuto essere aumentati già 3 o 4 anni fa, perché allora attraversavamo una fase di boom. Nella situazione attuale, al contrario, la Banca centrale europea corre il rischio di esagerare con la sua politica restrittiva, perché l'economia è probabilmente già in recessione e i tassi elevati possono essere molto dannosi.

"Sono molto ottimista sui mercati finanziari: l'attuale pessimismo mi sembra esagerato e i valori attuali dei principali mercati, che hanno subito forti perdite, scontano già il rallentamento economico in atto"

Che impatto avranno i nuovi aumenti sui consumatori e sui mercati finanziari?
Tassi più alti significano un po' più di interessi sui risparmi, ma soprattutto rate più alte per chi ha contratto prestiti e mutui a tasso variabile o per chi è in procinto di indebitarsi. I mercati finanziari non gradiscono i tassi alti perché aumentano il livello di attualizzazione dei futuri profitti. Questo è il motivo per cui, quest'anno, obbligazioni, oro e azioni hanno perso circa il 20%.

Parliamo di cambiamento climatico e stabilità finanziaria: quali sono i capisaldi della politica monetaria della BCE?
Credo che la tutela del clima sia davvero la nostra sfida più importante nel lungo periodo, ma non sono convinto che debba occuparsene la BCE: più obiettivi si perseguono contemporaneamente, più è probabile che si fallisca. Lo scopo e il mandato della BCE sono chiaramente quelli di garantire la stabilità della moneta unica a livello interno (inflazione) ed esterno (tasso di cambio). Questi due target sono chiari e raggiungibili. Se al mix si aggiungono la politica economica, la disoccupazione e la salvaguardia dell'ambiente, diventa impossibile ottenere risultati soddisfacenti, soprattutto perché tali obiettivi sono spesso in contraddizione tra loro.

I mercati finanziari sono, a loro dire, i sismografi degli sviluppi economico-politici, che spesso anticipano. Qual è la Sua valutazione?
In realtà, sono molto ottimista sui mercati finanziari, dove sono pienamente investito, perché al momento regna un pessimismo probabilmente eccessivo. Con il 20% di calo registrato praticamente su tutti i mercati, i prezzi attuali scontano già il rallentamento economico in atto.

Quali rami economici stanno beneficiando della crisi, industria degli armamenti a parte?
Un settore che sta traendo grossi vantaggi è sicuramente quello energetico, dalle fonti fossili (compagnie petrolifere) ai fornitori di energia alternativa fino ai loro subfornitori (produttori di sistemi fotovoltaici, turbine eoliche, ecc.), perché nei prossimi anni questo ambito è destinato a costituire una parte sempre più consistente dell'economia e, di conseguenza, a ottenere maggiori profitti.

A cosa devono essere pronti gli investitori? Ha un consiglio da dispensarci in conclusione?
Stiamo attraversando una fase molto turbolenta, ma è probabile che presto le cose torneranno a calmarsi. Il mio consiglio è quello di mantenere i nervi saldi e continuare a investire come in passato, ossia con un'ampia diversificazione e obiettivi di lungo periodo. Così facendo, è ragionevole attendersi rendimenti reali, cioè al netto dell'inflazione, nell'ordine del 4–5% all'anno.
/is

gente & paesi

CASSA CENTRALE RAIFFEISEN DELL'ALTO ADIGE

Premiato il miglior progetto di mobilità sostenibile

La Cassa Centrale Raiffeisen è stata insignita del Premio Mobilità Alto Adige 2022 per le sue misure volte a promuovere la sostenibilità in questo ambito.
La banca, oltre a mettere a disposizione dei propri dipendenti parcheggi per le biciclette e stazioni di ricarica per e-bike, consente l'attività in smart working, favorisce l'uso del trasporto pubblico cofinanziando l'Alto Adige Pass e, per il futuro, si impegna ad acquistare esclusivamente auto elettriche. Al secondo posto si è classificato l'Istituto comprensivo di Vipiteno 1, che ha convinto la giuria con il progetto "Correre per il mondo", seguito in terza posizione dalla cooperativa sociale Albatros con l'iniziativa "Albatros punta su piedi e bicicletta". Il Premio Mobilità Alto Adige, che prevede un assegno di 4.000 euro ed è indetto dalla Giunta provinciale, è stato assegnato quest'anno per la sesta volta. L'obiettivo è quello di promuovere idee innovative a beneficio della mobilità sostenibile, premiando l'impegno di chi si è particolarmente distinto in tal senso.

Da sx, Zenone Giacomuzzi, direttore generale della Cassa Centrale, e Franz Gatscher, presidente del gruppo sportivo dilettantistico ciechi e ipovedenti del Centro Ciechi St. Raphael (davanti)

La Cassa Centrale ha donato al Centro Ciechi St. Raphael di Bolzano il premio in denaro, che sarà impiegato a favore di uno speciale progetto di mobilità in tandem. I volontari del centro accompagnano regolarmente gli ospiti non vedenti o ipovedenti in semplici tour in bicicletta, ma anche in impegnative escursioni di più giornate e in avventurosi viaggi attraverso l'Europa.

La Cassa Centrale ha donato al Centro Ciechi St. Raphael di Bolzano il premio in denaro, che sarà impiegato a favore di uno speciale progetto di mobilità in tandem

Sonja Meraner con Moritz Pircher (al centro) e il vicedirettore Erich Florian

CASSA RAIFFEISEN OLTRADIGE

Avvicendamento ai vertici della filiale di Cornaiano

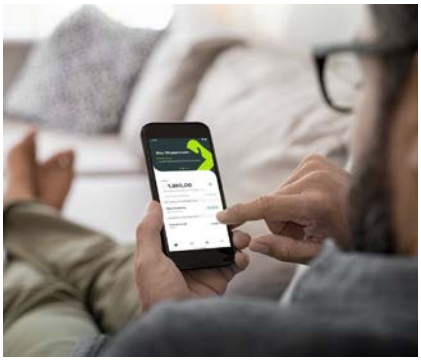
Novità alla guida della filiale di Cornaiano: **Moritz Pircher** rileva il testimone da Sonja Meraner, che si dedicherà a nuove sfide professionali. Consulente per la Cassa Raiffeisen Oltradige sin dal 2002, Meraner aveva assunto la direzione di questa succursale nel 2020, conquistando la stima e l'apprezzamento di clienti, soci e colleghi per la sua competenza e disponibilità.

Moritz Pircher è entrato a far parte della Cassa Raiffeisen Oltradige nel 2016 e, negli ultimi anni, ha maturato numerose esperienze come consulente alla clientela nelle varie filiali. La direzione e il team della banca hanno ringraziato Sonja Meraner per il suo impegno e formulato a Moritz Pircher i migliori auguri per il suo nuovo incarico.

CASSA RAIFFEISEN ETSCHTAL

Attrezzati per l'Online Banking

La possibilità di sbrigare le operazioni bancarie con uno smartphone, comodamente da casa, dall'ufficio o in viaggio, sta prendendo sempre più piede. Per presentare i propri servizi online ai clienti, la Cassa Raiffeisen Etschtal ha organizzato sessioni formative in diversi comuni del proprio bacino d'utenza.



Nel corso di questi incontri, tenutisi nella sala polifunzionale di Andriano, nella sede delle associazioni di Nalles e nella sala dei Vigili del Fuoco di Meltina, i numerosi interessati hanno potuto apprendere i vantaggi pratici delle varie funzioni, grazie anche ad esempi dal vivo, e fugare i loro dubbi. Le serate si sono concluse con alcuni piacevoli momenti conviviali. Oltre agli eventi informativi, a fine anno è prevista la pubblicazione sul sito della banca di alcuni video di assistenza online.

Numerosi nuovi soci hanno accolto l'invito della Cassa Raiffeisen

La cabarettista Christine Eixenberger

CASSA RAIFFEISEN SCHLERN-ROSENGARTEN

Festa dei nuovi soci a Collepietra

Dopo una pausa di tre anni dovuta alla pandemia, lo scorso ottobre la Cassa Raiffeisen Schlern-Rosengarten ha invitato i nuovi soci a una serata a loro dedicata nella sede delle associazioni di Collepietra. **Il presidente Leonhard Resch e la direttrice Martina Krechel** hanno dato il benvenuto ai nuovi membri e ai loro accompagnatori.

L'incontro non era incentrato su contenuti formali, ma esclusivamente sulla socializzazione e la convivialità. Il momento clou dell'appuntamento è coinciso con lo spettacolo di cabaret di Christine Eixenberger, che ha divertito i numerosi ospiti presenti, allietati inoltre da prelibatezze culinarie a base di prodotti locali e dall'intrattenimento musicale offerto dalla band MasQueNada. L'evento si è concluso con un calice di vino.

Da sx, Peter Ranigler, vicepresidente della Cassa Rurale di Salorno, Zenone Giacomuzzi, direttore generale della Cassa Centrale Raiffeisen, Margereth Aberham, presidente della sezione Oltradige/Bassa Atesina dell'Assistenza Tumori Alto Adige, Manfred Huber, direttore della Cassa Rurale, Karin Jost, sindaco di Egna, Michele Tessadri e Roberto Simoni, rispettivamente direttore e responsabile dell'area mercato della Cassa Rurale, Paulina Schwarz, vicepresidente della Federazione Raiffeisen, e Florian Mayr, membro del direttivo

CASSA RURALE DI SALORNO

Inaugurato a Egna il nuovo "Centro Private & Corporate"

All'inizio di ottobre, con una breve cerimonia, è stato ufficialmente inaugurato a Egna il nuovo Centro Private & Corporate della Cassa Rurale di Salorno.

Dopo aver dato il benvenuto a numerosi ospiti d'onore del mondo dell'economia e della politica, il **presidente Michele Tessadri** è intervenuto per parlare delle mutate esigenze e dei requisiti di clienti e soci. Con questa nuova struttura, la banca intende essere ancora più vicina alla clientela, cui affianca quattro consulenti che offriranno loro un'assistenza "esclusiva". In quanto banca cooperativa, la Cassa Rurale punta su regionalismo, affidabilità e dinamismo.

Il direttore Manfred Huber ha illustrato la storia del nuovo centro e presentato il team di consulenti: Thomas Palma e Davide Mayr sono responsabili della clientela aziendale, mentre Walter Pardatscher e Andreas Peer si occuperanno dei privati. Nel corso della cerimonia, è stato consegnato un assegno di 3.000 euro alla sezione Oltradige/Bassa Atesina dell'Assistenza Tumori Alto Adige.

CASSA RAIFFEISEN ALTA VENOSTA

"Green style tour" alla centrale idroelettrica

Come risaputo, l'acqua è un bene prezioso e la sua gestione riveste un'importanza crescente. Partendo da queste premesse, la Cassa Raiffeisen Alta Venosta, insieme al comitato economico, ha invitato tutti gli interessati a un "green style tour", durante il quale sono stati visitati la centrale

idroelettrica EGO di Piz, la stazione di pompaggio delle acque reflue nella zona del kitesurf, nei pressi di Curon Venosta, e il serbatoio di acqua potabile di Valatsch a San Valentino. Oltre al **direttore Markus Moriggl e a Gerhard Stecher** della Cassa Raiffeisen, erano presenti anche Franz Prieth, sindaco di Curon, i relatori ing. Georg Bauer e ing. Walter Gostner, il presidente di EGO Johannes Habicher e Helmut Blaas del Comune, che hanno risposto alle domande dei presenti.

Le serate dedicate ai soci hanno riscosso grande interesse

CASSA RAIFFEISEN BASSA VENOSTA

Serate dedicate ai soci

A causa della pandemia di coronavirus, negli ultimi anni la Cassa Raiffeisen Bassa Venosta ha tenuto le assemblee generali solo alla presenza di "rappresentanti designati", dovendo inoltre cancellare le celebrazioni per i soci di lunga data e le serate informative per quelli nuovi.

A settembre sono ripresi gli incontri dedicati ai membri della cooperativa, iniziando dai comuni di Naturno, Castelbello, Ciardes e Senales, cui hanno partecipato oltre 200 persone. In tali occasioni, il **direttore Manfred Leimgruber** ha fatto una panoramica sugli ultimi tre anni segnati dalla pandemia e sulle cifre della Cassa Raiffeisen, mentre il **presidente Wolfram Gapp** ha illustrato le caratteristiche di una banca cooperativa, sottolineando l'importanza dell'adesione in veste di soci. Nel corso di tali eventi sono stati anche festeggiati i dipendenti prossimi alla pensione e premiati i membri affiliati alla Cassa Raiffeisen da oltre 40 anni. Le serate sono state supportate dal circolo dei Krampus di Castelbello (Pfoffagonder Tuifl) e dalle contadine di Senales, cui è andata la riconoscenza di tutti.

SFIDA FINANZIARIA RAIFFEISEN

Decretati i vincitori

Dividendi, BCE, Bitcoin: cosa sono? La Sfida finanziaria Raiffeisen ha messo alla prova le conoscenze specialistiche dei più giovani, invitati a rispondere a 18 insidiose domande in stile "Chi vuol essere milionario". Tra i circa 9.000 partecipanti, sono stati sorteggiati sei premi principali e 330 amache da esterno.

Vincitori di uno scooter elettrico:
Clarence Costazza, Cassa Raiffeisen Vandoies
Elia Antonio Brida, Cassa Raiffeisen Lana
Matthias Schwingshackl, Cassa Raiffeisen Monguelfo-Casies-Tesido

Vincitori di un Microsoft Surface Laptop:
Emely Putzer, Cassa Raiffeisen Castelrotto-Ortisei
Chris Zingerle, Cassa Raiffeisen Val Badia
Rafael Frei, Cassa Raiffeisen Lana

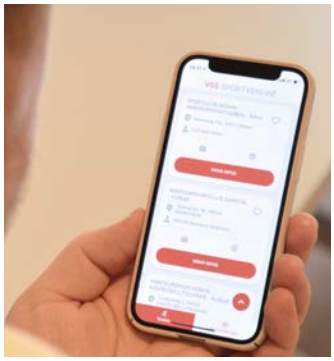
Congratulazioni!
L'obiettivo del concorso era quello di motivare i giovani a cimentarsi con le questioni finanziarie.

Informazioni e consigli su temi finanziari sono disponibili su www.sapere-finanziario.it e www.raiffeisen.it/educazione-finanziaria

FEDERAZIONE DEI CIRCOLI SPORTIVI DELL'ALTO ADIGE

App gratuita per gli appassionati di sport

La Federazione dei circoli sportivi dell'Alto Adige (VSS), in collaborazione con la società RR Solution, ha pubblicato un'applicazione gratuita per tutti gli appassionati di sport, che consente agli utenti di individuare i club aderenti e gli eventi in calendario, oltre che di "navigare" nella vasta



gamma di attività offerte dalle associazioni amatoriali altoatesine. Chi desidera praticare un determinato sport in un club può così scoprire le proposte nei suoi dintorni, mentre le associazioni possono pubblicare eventi, campi estivi, piani di allenamento, ecc., promuovendoli e condividendoli con i propri soci. L'applicazione può essere scaricata gratuitamente dall'App Store o dal Play Store del proprio smartphone.

BENESSERE ABITATIVO

Novità! Guida online per una vita sana e sostenibile

Rispetto alle generazioni precedenti, oggi trascorriamo l'80-90% del tempo in ambienti chiusi, gran parte in casa, una tendenza recentemente accresciuta dallo smart working. Condizioni di vita sane all'interno delle nostre quattro mura sono quindi essenziali per il benessere e la salute: ad esempio, è importante che i locali siano privi di emissioni nocive o che i materiali da costruzione impiegati non rilascino sostanze tossiche.

La guida online "Abitare sano e sostenibile" fornisce preziose informazioni sui fattori decisivi per un ambiente di vita sano, sulle fonti di sostanze dannose e sulle possibilità per contribuire al benessere personale.

Progetto congiunto del Forum Educazione ed Energia AFB in collaborazione con il Centro Tutela Consumatori Utenti dell'Alto Adige e le Casse Raiffeisen.

È sufficiente scansionare il codice QR per scaricare la guida

Da sx, la direttrice Martina Breitenberger, la presidente Martina Ladurner con Florian Kiem, presidente della Cassa Raiffeisen, e la sua vice Eva Pramstrahler

CASSA RAIFFEISEN LAGUNDO

Donazione alla locale RSA

La casa di riposo di Lagundo ha celebrato la Giornata mondiale degli anziani con un incontro conviviale. La direttrice Martina Breitenberger e la presidente Martina Ladurner hanno espresso la propria soddisfazione per l'assegno di 3.000 euro, che ha consegnato loro il **presidente della locale Cassa Raiffeisen, Florian Kiem,** utilizzato tra l'altro per l'acquisto di un costoso ausilio per la deambulazione a beneficio dei residenti della struttura.

CASSA RAIFFEISEN DOBBIACO

Un aiuto alla Società San Vincenzo

I collaboratori volontari della Società San Vincenzo si prendono cura delle persone in loco bisognose di aiuto. Anche quest'anno, anziché distribuire regali agli adulti in occasione della Giornata Mondiale del Risparmio, il Consiglio di amministrazione e il Collegio sindacale della Cassa Raiffeisen di Dobbiaco hanno deciso di devolvere la somma di 2.000 euro alla locale sezione di questa organizzazione no profit.

Da sx, Karl Patzleiner della sezione di Dobbiaco della Società San Vincenzo con Roland Sapelza, presidente della Cassa Raiffeisen di Dobbiaco

Sophie Lazari, Merry Xmas 2022, 2022, 35x23 cm

L'artista Sophie Lazari opera come illustratrice e artista del tatuaggio a Berlino

CASSA CENTRALE RAIFFEISEN DELL'ALTO ADIGE

Il biglietto natalizio di Sophie Lazari

L'artista cui la Cassa Centrale Raiffeisen ha affidato l'incarico di disegnare il biglietto natalizio di quest'anno si chiama Sophie Lazari. Nata a Bologna nel 1997, ha studiato grafica e illustrazione all'Università delle Arti di Berlino, dove oggi vive e lavora come illustratrice e tatuatrice.

La scelta è caduta su un motivo puramente grafico, che evita così il simbolismo e la colorazione tradizionale dei noti biglietti augurali: nessun albero di Natale o presepe, niente angeli e ninnoli. Al suo posto, l'artista impiega eleganti tratti calligrafici ondulati in nero su sfondo viola, che richiamano lo stile Liberty dell'inizio del XX secolo.

Nella sua opera, le lettere non hanno un mero carattere comunicativo, ma sottolineano la bellezza indipendente delle linee a mo' di ornamento. Solo a un'attenta analisi e decifrazione, i tratti artistici rivelano la scritta "Merry Xmas 2022".

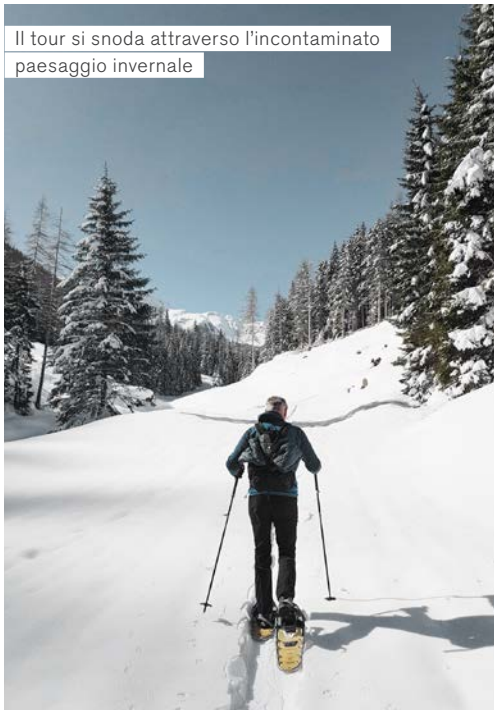
AVVENTURE NELLA NATURA

Malga Klapfberg e Passo Val Clapa

Escursione invernale nel Meranese

La nostra escursione ci conduce in Val Clapa, da cui si gode di una splendida vista sulla Val d'Ultimo e sulle montagne circostanti: non appena, in inverno, un'intensa bassa pressione raggiunge il nostro territorio, dà origine a forti nevicate, trasformando la vallata in un paesaggio incantato.

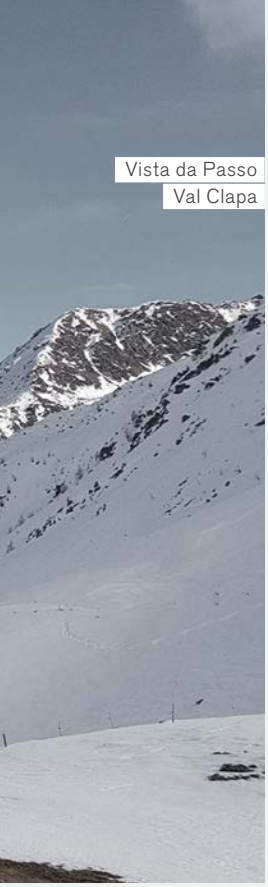
Poco prima della località di S. Gertrude, imbocchiamo la deviazione per il maso Falschauerhof, proseguendo fino a un piccolo parcheggio dove ha inizio la nostra escursione.



Il tour si snoda attraverso l'incontaminato paesaggio invernale

Percorriamo il sentiero forestale e, dopo la prima salita, ci inoltriamo nella valle, sempre seguendo il sentiero n. 16, sicuro e poco impegnativo. Costeggiando il torrente, raggiungiamo malga Klapfberg. Alcuni di noi salgono fino al Passo Val Clapa, da cui si gode di una magnifica vista sulla Val di Non. Poiché il terreno è per gran parte esposto, sono indispensabili una certa esperienza in tema di condizioni della neve e l'equipaggiamento antivalanga.

Per il ritorno percorriamo lo stesso sentiero, facendo una breve sosta a malga Klapfberg, chiusa in inverno, per rifocillarci con le nostre provviste sotto il mite sole invernale. Da qui possiamo ammirare molti scialpinisti entusiasti, due dei quali suscitano il nostro interesse, essendo collaboratori dell'azienda energetica Alperia, addetti alla misurazione dei livelli di neve per la determinazione del probabile volume di acqua di disgelo in primavera. Anche noi sogniamo un lavoro del genere, mentre procediamo lungo l'ultimo tratto della nostra escursione.



Vista da Passo Val Clapa

DESCRIZIONE DEL PERCORSO

Arrivando in autobus, è possibile scendere a Mühlau e seguire il sentiero n. 16, salendo lungo la strada fino al parcheggio. Chi si sposta in auto, invece, può parcheggiare qui, imboccare la strada forestale e quindi il sentiero n. 16. A Malga Klapfberg si prosegue dritti fino al Passo Val Clapa. Ritorno sulla via dell'andata ritorno..

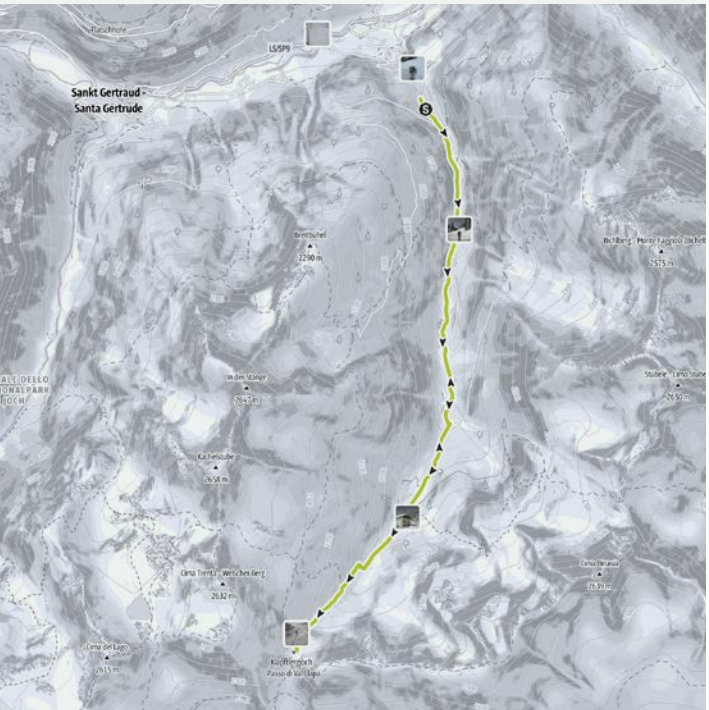
DATI DEL TOUR

Lunghezza: 11,6 km
Tempo di percorrenza: 5.00 h
Salita: 773 m
Discesa: 787 m
Grado di difficoltà: medio

Il tour per iPhone e Android

Olav Lutz, guida naturalistico-paesaggistica, olav.lutz@rolmail.net

La misurazione della neve in Val d'Ultimo può rivelarsi molto interessante, soprattutto dopo che una bassa pressione ha "donato" alla vallata un abbondante e stupefacente manto nevoso.



CONSIGLIO DELLA SALUTE
SPORT & ALIMENTAZIONE

Snack sani per gli sportivi

La scelta di snack gustosi per "ricaricare le batterie" tra un pasto e l'altro è vastissima, ma non tutti mantengono le promesse, soprattutto quando è in ballo una competizione sportiva. Un valore nutrizionale troppo basso e ingredienti inutili forniscono energia a breve termine e fanno salire rapidamente il livello di glicemia nel sangue, ma solo per breve tempo, innescandone una diminuzione altrettanto repentina e improvvisi cali di rendimento.
Per sedare la fame tra un pasto e l'altro, sono più adatti gli spuntini naturali.

Dott. Alex Mitterhofer, Medico di Base, Specialista in Medicina Fisica e Riabilitazione, Specialista in Medicina dello Sport

La banana, un classico per gli sportivi
Povere di grassi, ricche di minerali e di carboidrati, le banane forniscono energia a volontà, ma vanno benissimo anche i mix di frutta secca ricchi di vitamina B1, la frutta a guscio come gli anacardi e quella secca come i fichi, poiché contengono importanti oligoelementi quali magnesio e potassio, che proteggono dai crampi. Anche le fettine di frutta e le barrette di muesli a basso contenuto di zuccheri sono perfette per un piccolo spuntino.

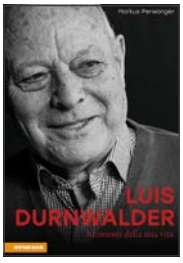
Prodotti integrali, verdura, pasta e frutta fresca
Chi vuole dedicarsi all'attività sportiva dopo il lavoro, solitamente ricorre a un pasto ricco di carboidrati e a basso indice glicemico, come prodotti integrali, verdura, fiocchi d'avena, pasta o frutta fresca.
Oltre a esercitare un effetto positivo sul livello degli zuccheri nel sangue, lo mantengono costante a lungo e forniscono all'organismo sempre nuova energia: un aspetto particolarmente importante per chi pratica sport di resistenza e che necessita, quindi, di riserve di carboidrati per portare a termine sessioni sportive più lunghe o impegnativi allenamenti a intervalli.

Importante assumere liquidi
Assicuratevi di bere a sufficienza, soprattutto se praticate attività fisica per più di 60 minuti.

LIBRI

Luis Durnwalder. Momenti della mia vita

Luis Durnwalder ha plasmato la storia recente dell'Alto Adige. Per 25 anni governatore della Provincia, dopo esser stato assessore provinciale all'agricoltura, referente per la Regione Trentino-Alto Adige, sindaco e direttore dell'Unione agricoltori, in occasione del suo 80° compleanno getta uno sguardo al passato, sfogliando fitti album fotografici. Immagini forti ed espressive di una carriera senza eguali, che descrivono la sua vita tra un forte radicamento al territorio e un approccio visionario al futuro. La selezione degli scatti non si limita alla carriera politica e agli indimenticabili momenti storici, ma abbraccia anche episodi intimi, personali e meno noti, che hanno fatto di Luis Durnwalder ciò che è diventato: un grande della storia contemporanea dell'Alto Adige.



Markus Perwanger:
"Luis Durnwalder.
Momenti della mia vita",
Athesia, 128 pagine,
ISBN 978-88-6839-566-7,
prezzo: 14,90 euro

RICETTE

Weihnichtskekslar
Biscotti di Natale

Unire burro, zucchero, uova, zucchero vanigliato e lievito. Aggiungere la farina e formare un impasto. Stenderlo nello spessore di 1 cm su un piano di lavoro infarinato e, con delle formine, ritagliare i biscotti che andranno cotti nel forno preriscaldato a 180° per 10 min.

INGREDIENTI PER CIRCA 2 TEGLIE DA FORNO:

- 150 g di burro ammorbidito
- 150 g di zucchero
- 3 uova
- 500 g di farina di frumento
- 1 bustina di lievito in polvere
- 1 bustina di zucchero vanigliato

Tratto da
Franziska Heiß
Oma Marie kocht (La cucina di nonna Maria, NdT)
Ricette e storie di mia nonna della Val Sarentino

Edizioni Raetia, Bolzano 2021,
Copertina rigida, 200 pagine,
ISBN: 978-88-7283-757-3,
prezzo: 22,00 euro

Circa, poco meno che	Montagna Breve condotto tubiforme		Divinità dei boschi e dei fiumi Un rifiuto			Codice IATA aeroporto di Barra del Colorado	Un'auto sportiva inglese Rovigo, targa		Vitigno a bacca bianca	Formaggio altoatesino Un distretto dell'Ungheria	
				1	Il mediatore assicurativo Fu tiranno di Siracusa						
La sigla di molte auto sportive			Comune sul mare in provincia di Vibo Valentia								
Una delle più famose torri							La lingua ufficiale del Pakistan				
Sono divise dalla M Animale anfibio		6	Lui in tedesco			Insieme a	Due punti della bussola			Si accende per sentirla	
			Alla fine del torneo	Una papera adulta				Moglie e sorella di Zeus	4		
Un'immensa distesa d'acqua					2		Il drammatico Dies nel requiem di Mozart				
Aero Trasporti Italiani, sigla	Sigla della Colombia Un bus su rotaie			Preposizione francese ... Gallagher			Agenzia giornalistica italiana	Nota del traduttore, abbrev.	Abbr. di destra Una città austriaca		
			506 romani		Forma i cromosomi	Canzone dei Rolling Stones L'Aurora greca					
Fiore di montagna	5										Sigla di Bologna
		Valle altoatesina	3							Il simbolo dello iodio	
Ai lati della via Mille romani		Città in Nigeria						Padre dei cugini			7

1	2	3	4	5	6	7

IL SEGRETO DI UNA COMUNICAZIONE EFFICACE

Un'interazione consapevole

Consapevolezza significa prendere coscienza di una determinata situazione. Quando affrontiamo una conversazione, dovremmo interrogarci più spesso: quante volte lasciamo vagare i nostri pensieri? Quante volte trasferiamo su di noi ciò che viene detto e lo confrontiamo con le nostre esperienze? Quante volte interrompiamo il nostro interlocutore e lo giudichiamo inconsciamente? Quante volte non lo ascoltiamo con attenzione? E, infine, quante volte NON siamo presenti al 100%?

Consiglio: non appena notate che, durante una conversazione, cominciate a perdervi nei vostri pensieri (cosa che accadrà più volte), prendetene coscienza e cercate di riportare l'attenzione sul vostro interlocutore. Solo attraverso una comunicazione consapevole con gli altri possiamo migliorare le relazioni interpersonali. E, facendo domande e interessandoci a ciò che dice chi ci sta di fronte, dimostriamo apprezzamento nei suoi confronti.

Dieter Oberhuber,
mediatore economico

Messaggio pubblicitario