

n. 3

il Gazzettino del Codacons

Anche se siamo
nel 2025...

**NON INGOIATE
IL ROSPO!**



**E LEGGILO
ANCHE TU!**



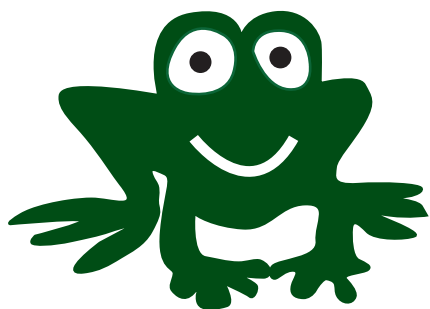
Tempo di elezioni

Terminate le elezioni, un passaggio democratico che permette al popolo di esprimere attraverso il voto il rinnovo delle cariche pubbliche, ora bisogna pensare a quello che non è stato fatto e farlo, ed è quello che gli elettori si aspettano. Sono sempre i fatti che contano in particolare per un Amministratore pubblico, gli elettori sono “vaccinati” alle promesse, il sintomo negativo della affluenza al voto dovrebbe insegnare. Le esperienze che subiscono i cittadini per delle scelte politiche sbagliate sono sempre negative nei confronti della politica istituzionale, quando invece dovrebbe essere partecipativa e di confronto. Nel contesto sociale, le Organizzazioni associative del Terzo settore sono una parte importante della collettività, le più attente alle decisioni assunte dall'amministrazione pubblica, particolarmente vicine ai soggetti più vulnerabili quali i meno abbienti, gli anziani, le famiglie. Le associazioni dei consumatori che rappresentano tutti i consumatori sono di fatto l'orecchio e la voce del popolo per tutti i fatti negativi e positivi che ri-

guardano il diritto e la tutela del consumo compreso il buon governo e le sue negligenze. Il Codacons Valle d'Aosta senza alcuna distinzione o preferenza ha espresso ai diversi interlocutori delle aree politiche il parere sulle necessità e priorità espressa dei bisogni collettivi che riguardano la sanità, prezzi, sicurezza, trasporti; senza tralasciare la situazione abitativa. Va qui rimarcato l'utilità delle associazioni dei consumatori per il contributo che le stesse offrono giornalmente alla popolazione gratuitamente con un notevole dispendio di risorse senza averne un beneficio diretto, salvo un modesto intervento della Regione in qualità di contributo su spese fisse, insufficiente per il carico di lavoro espresso. Grazie ai volontari e alle adesioni il Codacons VDA non ha mai mancato in più di venti anni di presenza sul territorio alla sua missione che è quella di tutela dei diritti di tutti senza distinzione alcuna, mantenendo inalterata la sua autonomia di associazione indipendente. Pronto alla collaborazione con i nuovi eletti, ma anche critico quando sarà necessario.

Le attività del Codacons Valle d'Aosta

Il 17 ottobre, all'Auditorium di Morgex, si è tenuta una conferenza sulla sicurezza domestica organizzata da *USL Valle d'Aosta, CELVA e Codacons VdA*. L'incontro ha evidenziato come **molti incidenti in casa** -soprattutto a danno di bambini e anziani- possano essere **evitati** con semplici accorgimenti: **attenzione alle etichette dei prodotti che usiamo tutti i giorni, tappeti stabili, maniglie e tappetini antiscivolo in bagno**. Il relatore del Codacons, *Vittorio Gigliotti*, ha illustrato le procedure da seguire in caso di incendio e l'uso corretto dell'estintore. *L'iniziativa ha ribadito l'impegno del Codacons Valle d'Aosta nella promozione della prevenzione e della sicurezza domestica.*



sommario

<i>l'articolo di Carmin Baldassarre</i>	<i>pg. 2</i>
<i>Le presunte diffamazioni online</i>	<i>pg. 3</i>
<i>Incompiuta di fine legislatura</i>	<i>pg. 3</i>
<i>Ricordi di scuola di Franca Bertana</i>	<i>pg. 4</i>
<i>L'altra faccia del sovraindebitamento</i>	<i>pg. 5</i>
<i>Pignoramento: ecco quando non ti possono toccare la pensione o la NASpI</i>	<i>pg. 5</i>
<i>Bollette telefoniche</i>	<i>pg. 6</i>
<i>L'analisi del capello del Dr. Martino Cristoferi</i>	<i>pg. 7</i>
<i>L'intervista alla new entry del servizio civile</i>	<i>pg. 8</i>

in redazione

Caporedattrice
CAROL DI VITO

Presidente Codacons VdA
GIAMPIERO MAROVINO

Vicepresidente Codacons VdA
CARMINE BALDASSARRE

Segretario Codacons VdA
MARIO MACALUSO

SEGNALA LA SHRINKFLATION

Hai notato che la confezione del tuo snack preferito è più leggera, o che la bottiglia di detersivo contiene meno liquido, pur costando come prima? È l'effetto della shrinkflation, la pratica con cui le aziende riducono la quantità di prodotto (in grammi, millilitri o pezzi) senza abbassarne il prezzo.

Un rincaro nascosto, subdolo e sempre più diffuso, che pesa ogni giorno sul portafoglio dei consumatori. Per combatterlo, abbiamo bisogno di te. Compila il modulo e segnala i casi di shrinkflation!

Cosa puoi segnalare

Se hai trovato un prodotto "sgrammato", cioè ridotto nella quantità ma venduto allo stesso prezzo, aiutaci a documentarlo indicando:

- Marca e tipo di prodotto;
- quantità vecchia e nuova (in grammi, litri o pezzi);
- prezzo attuale e, se possibile, quello precedente;
- luogo e data d'acquisto;
- eventuali foto o scontrini (prima e dopo).

Più informazioni ci fornisci, più efficace sarà la segnalazione.

Perché è importante

Con le tue segnalazioni costruiremo un archivio pubblico dei casi di shrinkflation in Italia, un vero e proprio osservatorio relativo a queste pratiche. Uno strumento utile per:

- denunciare le aziende che applicano rincari mascherati;
- informare e sensibilizzare i consumatori;
- spingere le autorità competenti a intervenire con controlli e sanzioni.

Come partecipare

- Compila il modulo online: puoi farlo dal sito nazionale del Codacons www.codacons.it.
- Allega le tue prove (foto, scontrini, confezioni).
- Diffondi l'appello a parenti, amici e colleghi: più segnalazioni riceveremo, più sarà difficile ignorarle.

Unisciti alla battaglia contro la shrinkflation

Non restare in silenzio di fronte a un fenomeno che erode il potere d'acquisto e inganna i cittadini. Ogni segnalazione è un passo nella direzione di maggiore trasparenza, giustizia e tutele per tutti.

Aiutaci a smascherare la shrinkflation. Segnala ora!



Il quinto potere, *i consumatori*: più forte delle lobby

Il caso Tesla e la lezione per l'Europa: scegliere cosa acquistare è un atto politico. Negli ultimi mesi, un fenomeno ha catturato l'attenzione di analisti, economisti e osservatori internazionali: il crollo delle vendite di Tesla. Un calo repentino e senza precedenti, coinciso con l'ingresso del fondatore Elon Musk nell'orbita dell'amministrazione Trump. Una mossa politica che ha scatenato la reazione di migliaia di consumatori, i quali, con una scelta silenziosa ma potentissima, hanno voltato le spalle al marchio, mettendone in difficoltà la reputazione e le vendite.

Non è la prima volta che i consumatori dimostrano di avere un potere superiore a quello delle lobby: è successo con le aziende accusate di sfruttamento, con i colossi che hanno ignorato la sostenibilità, e ora anche con chi si schiera apertamente in ambiti politici controversi. E la dimostrazione che, in un mondo globalizzato, ogni acquisto è una dichiarazione di intenti.

Ed è proprio da questo spunto che nasce una riflessione fondamentale per l'Europa: e se la risposta alla crisi economica, alle pressioni dei dazi americani, e alla concorrenza spie-

tata dei prodotti a basso costo provenienti da mercati extraeuropei fosse una scelta collettiva e consapevole di acquistare solo prodotti europei?

Non si tratterebbe solo di protezionismo, ma di un atto culturale. Una presa di posizione che valorizza il lavoro, la qualità, le normative ambientali e i diritti che i prodotti europei rappresentano. Scegliere europeo significa sostenere la nostra manifattura, tutelare l'occupazione, preservare le competenze e le tradizioni locali.

In un mondo dove la libertà sembra sempre più compressa, quella del consumo resta uno degli ultimi spazi di autodeterminazione. E proprio da lì potrebbe partire una rivoluzione silenziosa ma potente: quella di un'Europa che decide di investire su sé stessa, non con proclami, ma con scelte quotidiane.

Consumare è un gesto. Ma può diventare un messaggio. E forse, oggi, è il messaggio più potente che possiamo inviare.

Carmin Baldassarre

LE PRESUNTE DIFFAMAZIONI ONLINE

Attenti a lasciare commenti sui **SOCIAL NETWORK** commenti critici e più pesanti nei confronti di Vip, Calciatori, Politici, Influencer, Sempre più spesso tali commenti che possono rappresentare una presunta diffamazione a danno di personaggi vengono affidati a studi legali per un risarcimento economico per una presunta diffamazione.

Il malcapitato riceve la richiesta e per paura di dover affrontare un processo penale e a dover sostenere le spese legali paga la somma richiesta.

IL CODA CONS, pur ritenendo la diffamazione online un fenomeno pericoloso e da

contrastare con ogni mezzo ha deciso di intervenire a sostegno di quanti stanno ricevendo richieste di risarcimento da parte di studi legali che rappresentano i **"DIFFAMATI"**, offrendo assistenza legale ai cittadini coinvolti finalizzata a valutare la correttezza delle pretese economiche e contestare qualsiasi pratica che possa rappresentare

un tentativo di estorcere denaro anche perché i tribunali italiani sono oramai orientati a escludere il reato di diffamazione per i commenti anche offensivi lasciati in rete e sulle piattaforme social.



Send, PagoPaAosta

Incompiuta di fine legislatura

La vicenda **SEND** notifiche non pervenute a centinaia di valdostani multati per violazioni del codice della strada nell'anno 2024 e dai cittadini sanzionati contestate direttamente all'Organo amministrativo del comune di Aosta, non ha ottenuto risposta.

Alla data attuale ottobre 2025 tutto tace; salvo il fatto che una parte consistente dei multati ha pagato nonostante sia stato anche suggerito di non farlo.

Tutte le associazioni dei consumatori si erano mosse dopo un attento esame dell'accaduto chiedendo al comune di Aosta di prendere provvedimenti nei confronti di SEND. Ufficializzata la richiesta di un incontro con il Comune e la responsabile della Polizia locale; la mancata presenza del vicesindaco quale rappresentante della amministrazione comunale ha lasciato un com-

prendibile malumore e irritazione dei rappresentanti dei Consumatori per la mancata presenza della parte politica della amministrazione comunale. Un nulla di fatto, incontro inconcludente uno scarico di responsabilità e una mancanza di rispetto verso le Organizzazioni dei consumatori presenti. In rappresentanza di centinaia di utenti multati in attesa di avere dal comune di Aosta una risposta. La soluzione paventata a maggio 2025 dal Comune, dopo avere constatato il gonfiarsi del caso SEND di centinaia di multati che lamentavano la mancata notifica, non è venuta. Archiviato il caso per il Comune di Aosta con la scadenza amministrativa, **rimane aperta la richiesta di risposta di SEND al Comune di tutti sanzionati e le Associazioni dei consumatori.** La nuova Amministrazione comunale ha il dovere di farlo.



Ricordi di scuola

Quaderni di alunni conservati e ritrovati casualmente, una letterina scritta con semplicità per farmi gli auguri natalizi... e ritrovata in un libro, sono ancora, per me, motivo di gioia.

Dopo quasi quarant'anni di servizio nella "Scuola Elementare", prima in giro per la Valle, e poi, alla fine, ad Aosta, riaffiorano episodi particolarmente significativi perché vissuti intensamente.

Il mio primo anno di servizio risale al lontano 1954/55 a St. Rémy-Bosses, per un corso popolare, che richiese da parte mia, uno sforzo notevole per adattarmi ad un nuovo modo di vivere, di pensare, di relazionarmi (io ero arrivata da poco ad Aosta da Asti)!

Non conoscevo il patois (lingua parlata anche dagli alunni), la neve (ne caddero 3 metri!), la dura vita del contadino di montagna, la vita della stalla che imparai a frequentare ed apprezzare (per sopravvivere!).

Un punto d'incontro, molto importante, con le persone del posto, erano le "veillà".

L'insegnante che mi ospitava, mi traduceva quello che dicevano in patois gli ospiti ed alla fine dell'anno... ero in grado di capirli.

La mia prima sede da vincitrice di concorso, fu Dolonne (Courmayeur) nel 1959. Gli alunni erano vivaci, studiosi... però mi mancò il calore della gente del posto più interessata alla futura apertura del Tunnel del Monte Bianco!

L'anno dopo 1960/61 finii a Gressan-Acque

Fredde: mi trovai bene con le famiglie del posto costituite da operai della Cogne, gente concreta, positiva con cui era bello discutere. Viaggiai con la teleferica e poi mi facevo un bel tratto a piedi per raggiungere la scuola. Gli alunni di classe quinta dovevano "scendere" a Gressan per sostenere gli esami di fine anno!...che disagi!!

Quando seppi nell'anno 1967/68 che mi era stata assegnata la classe 5° ad Issogne, mi preoccupai molto per le difficoltà che avrei incontrato sulla Montjovetta frequentata da lunghi tir (uno dietro all'altro), che procedevano lentamente ed era impossibile superarli!... Tutto andò bene.

L'anno trascorso ad Issogne è stato per me il più interessante, il più gratificante per quello che sono riuscita ad ottenere da una classe che tutti dicevano difficilissima. Non ho più trovato dei ragazzi così maturi come quelli d'Issogne, che parlavano di politica, che andavano a vendere per il paese il giornale "L'unità", che contestavano il Parroco (il catechismo rimase sul loro banco tutto l'anno) ecc...ecc.

I genitori li ho visti poco, però mi hanno dato fiducia, non sono mai stata contestata anche se parlavo di religione a scuola!

Nel mio vagabondare per anni, imparai ad apprezzare i lunghi silenzi della montagna, la riservatezza degli abitanti, il calore di una stufa, di un sorriso, di una stretta di mano!

Franca Bertana

parliamo di... *sovraindebitamento*

L'altra faccia del sovraindebitamento

Da oltre tre anni, presso il Codacons Valle d'Aosta, è attivo -grazie all'accordo con l'OCC di Aosta- uno sportello dedicato alla procedura di sovraindebitamento.

Nel corso dell'ultimo anno si è registrato un aumento significativo di persone che, informate grazie ai diversi professionisti del settore, si sono rivolte all'associazione per avviare l'iter burocratico necessario.

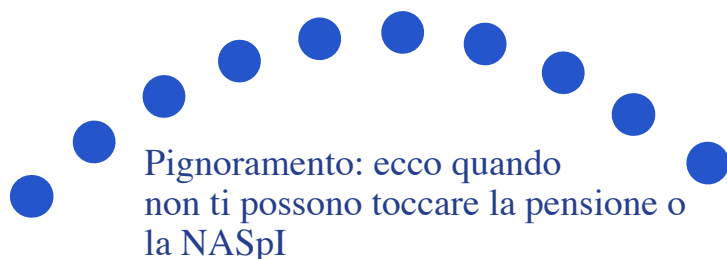
La procedura di sovraindebitamento si articola in diverse fasi, e il Codacons svolge un ruolo centrale nella prima fase, quella di accompagnamento iniziale. L'associazione aiuta concretamente i cittadini nella raccolta e predisposizione della documentazione necessaria per l'avvio della pratica.

Durante questi primi passi, è fondamentale che il primo contatto avvenga con sensibilità e attenzione: chi si trova in una situazione di difficoltà

economica vive spesso un momento di crisi profonda. Accogliere la persona, farla sentire compresa e "meno sola", è essenziale per instaurare un clima di fiducia.

Se la documentazione richiesta è pressoché identica per tutti, a cambiare sono le storie personali che portano ciascuno a chiedere l'accesso alla procedura. Spesso ciò che emerge è un sentimento di angoscia e paura del giudizio, che porta molte persone a rimandare il confronto con la propria situazione debitoria, finendo per peggiorarla ulteriormente.

Accanto a queste emozioni, però, vi è anche un elemento comune e positivo: la speranza. Chi si rivolge al Codacons lo fa con il desiderio di riprendere in mano la propria vita, di ritrovare la dignità perduta e di liberarsi dall'incubo dei debiti, fatto di telefonate incessanti dei creditori e richieste di pagamento che si accumulano.



Pignoramento: ecco quando non ti possono toccare la pensione o la NASpI

Quando si parla di pignoramenti sulle somme erogate dall'Inps, il tema diventa molto delicato, soprattutto per chi vive di prestazioni assistenziali, ammortizzatori sociali o pensioni. Con la circolare n. 130 del 30 settembre 2025, l'Istituto ha fatto chiarezza su regole e limiti mettendo ordine in una materia che spesso ha generato dubbi e incertezze.

COS'E' UN PIGNORAMENTO E PERCHE' PUO' ARRIVARE

Il pignoramento presso terzi è una procedura giudiziaria con cui un creditore, dopo aver ottenuto un titolo esecutivo (per esempio una sentenza o un decreto ingiuntivo), può rivolgersi al debitore a chi deve corrispondere delle somme al debitore. In questi casi, l'INPS, che eroga pensioni, indennità o sussidi, diventa il 'terzo' obbligato a trattenere parte della prestazione e a versarla al creditore.

Un pignoramento può arrivare per diversi motivi: debiti bancari o finanziari, mancato pagamento di bollette, cartelle esattoriali, mancati adempimenti verso ex coniugi o figli. In pratica, quando un debito non viene saldato spontaneamente, il creditore può ottenere che venga trattenuta una parte delle somme dovute dall'INPS al debitore. Proprio per questo motivo la legge prevede delle regole molto precise, per evitare che chi vive solo di prestazioni sociali o di pensione si ritrovi senza mezzi sufficienti per vivere.

COSA SI PUO' PIGNORARE E COSA NO

Le prestazioni INPS non sono tutte uguali e la loro protezione varia a seconda della natura della somma erogata.



PRESTAZIONI ASSISTENZIALI VITALI (come maternità, malattia o sussidi sociali) sono impignorabili in assoluto, salvo che si tratti di un debito verso lo stesso INPS.

Prestazioni che sostituiscono la retribuzione (come la NASpI o l'integrazione salariale, sono pignorabili entro il limite di un quinto. Il giudice può aumentare questa quota solo se il pignoramento riguarda crediti alimentari.

Anticipazione della NASpI: fa eccezione perché può essere pignorata totalmente, dato che viene trattata come incentivo all'auto impiego e non come sostegno al reddito.

Più pignoramenti insieme: se ci sono più creditori, la somma complessiva trattenuta non può mai superare la metà di quanto l'INPS eroga.

Un esempio: chi riceve 1.000 euro al mese di NASpI, l'INPS potrà trattenere al massimo 200 euro (un quinto dell'importo). Si continuerà quindi a percepire 800 euro mensili. Questo serve a garantire che, anche in presenza di debiti, resti sempre una parte del sostegno economico per affrontare le spese essenziali.

COSA FARE SE ARRIVA UN PIGNORAMENTO

Chi riceve un atto di pignoramento dovrebbe prima di tutto verificare a quale prestazione si riferisce e se l'importo trattenuto rispetta i limiti di legge. Nel caso di somme che rientrano tra quelle impignorabili, è possibile fare opposizione per chiedere la sospensione o l'annullamento del provvedimento.

Bollette telefoniche

Bolletta telefonica con addebiti non autorizzati: come tutelarsi?

Spesso capita che l'importo della fattura aumenti improvvisamente, senza che l'operatore telefonico, ci invii una preventiva comunicazione. Ciò può accadere per l'attivazione di servizi non richiesti, ovvero per errori di fatturazione da parte del gestore.



Come contestare una fattura

Con il reclamo, infatti, l'utente finale pone l'operatore nelle condizioni di conoscere un eventuale disservizio sofferto da quest'ultimo, e impone al medesimo di attivarsi al fine di risolverlo.

Ma cosa deve contenere un reclamo?

In primis, è necessario indicare correttamente i dati personali dell'intestatario della fattura ossia: nome e cognome, indirizzo postale e/o e-mail, il codice cliente indicato nella fattura ed il numero della stessa, il numero di utenza fissa o mobile. Il reclamo è necessario esporre i fatti in modo chiaro e breve e precisare le proprie richieste, nel caso in esame, richiedere il rimborso delle somme che riteniamo ingiuste e/o errate. E' importante inoltre, datare e firmare il reclamo. Nel caso specifico è opportuno allegare, inoltre, copia della ricevuta dell'avvenuto pagamento della fattura che stiamo contestando.

Come e dove inviare il reclamo

Il reclamo va inviato secondo le modalità e all'indirizzo riportati in calce o a margine della fattura stessa ovvero nei canali indicati nei siti web dei rispettivi operatori.

Conservare la prova dell'invio del reclamo.

Inviare il reclamo con:

- Raccomandata con ricevuta di ritorno;
- PEC.

E' importante **conservare** sempre copia del reclamo inviato contestualmente alla ricevuta-Fax, in tal caso è importante accertarsi che la data e l'ora del fax siano correttamente impostate data di spedizione.

Se l'operatore non risponde al reclamo

L'Autorità per le garanzie nelle Comunicazioni (AGCOM), infatti, pone ad ulteriore tutela del consumatore il servizio di conciliazione tra utenti e fornitori. Si tratta di un servizio completamente gratuito e per il quale non è richiesta l'assistenza obbligatoria di un legale, anche se questa è consigliata in base alla complessità della controversia e per avere maggiore garanzia di tutela.

Quando hai diritto a un rimborso per fatture errate o costi non autorizzati

Hai diritto al rimborso delle somme errate, se:

- ti sono stati addebitati costi per l'attivazione di servizi non richiesti;
- hai pagato due volte lo stesso importo;
- sono stati applicati costi non previsti dal contratto o non preventivamente comunicati.

Il rimborso degli addebiti non autorizzati può avvenire in diversi modi: attraverso una nota di credito da applicare alla bolletta di prossima emissione, tramite assegno intestato all'utente, tramite bonifico bancario, oppure con accredito su carta o conto corrente.

parliamo di... *Scienza*



a cura del Dr. Martino Cristoferi

**La salute dell'organismo umano
e le nuove frontiere delle indagini di
laboratorio:
l'analisi del capello.**

Da alcuni decenni è possibile eseguire presso laboratori specialistici di buon livello il mineralogramma del capello che rivela lo stato di nutrizione minerale dell'organismo e le eventuali intossicazioni croniche da minerali che non dovrebbero essere presenti nell'organismo al di sopra di certe concentrazioni. Recentemente, è stato messo a punto un nuovo test da eseguire sul capello non tagliato ma prelevato con il bulbo: la Biological Hair Bulbe Research (B.H.B.R.).

Ne parliamo brevemente vedendone alcune importanti applicazioni.

ANALISI DEL CAPELLO

1) IERI = MINERALOGRAMMA

2) OGGI = B.H.B.R. (BIOLOGICAL HAIR BULBE RESEARCH DI FENICE HEALTH ENERGY s.r.l.)

QUESTO TEST TRADIZIONALE VALUTA ESSENZIALMENTE LA PRESENZA DI METALLI TOSSICI E MINERALI FISIOLGICI CON UNA METODOLOGIA CROMATOGRAFICA APPLICATA ALLA MATRICE BIOLOGICA COSTITUITA DAL CAPELLO (non specificatamente dal bulbo del capello).

2) IL MINERALOGRAMMA VIENE SOSTITUITO DAL TEST POLIMETABOLICO B.H.B.R. CHE, ANALIZZANDO SIA LO STELO CHE IL BULBO DEL CAPELLO, offre un quadro completo di carenze od eccessi oltre che rilevare la presenza di minerali tossici.

New Hair Analysis (B.H.B.R)

Vengono esaminate le parti attive del bulbo e dello stelo con valutazione dei componenti biochimici e metabolici del capello. Il test indaga sugli elementi intracellulari sia per quanto riguarda i minerali nutritivi e tossici che per quanto riguarda vitamine, aminoacidi e ormoni. L'esame va inteso come "screening". Può essere utile, affiancato ai normali esami clinici, con valutazione diagnostica a giudizio del medico curante.

Questo Test fornisce 4 informazioni importanti:

- Valutazione dell'equilibrio minerale complessivo con possibilità di individuare lo stato endocrino e neurovegetativo dell'organismo.
- Rilievo dell'eventuale accumulo di minerali tossici.
- Valutazione dell'azione delle vitamine, degli aminoacidi e delle difese organiche.
- Valutazione, in tempo reale, dello stato metabolico in atto con la possibilità di esami successivi che mostrino gli adattamenti e le compensazioni sopravvenute.

**I SOCI INTERESSATI ALL'ANALISI DEL
CAPELLO CONTATTINO LA SEGRETERIA
CODACONS VDA**

*La new entry del
Codacons Valle d'Aosta
è arrivata in ufficio.
Chi è? Emma Bethaz.
Ecco l'intervista che
abbiamo fatto per voi.*



Come hai conosciuto il servizio civile e perché hai scelto di farlo?

Ho conosciuto il servizio civile tramite mia sorella, ha iniziato il servizio l'anno scorso all'associazione per la sclerosi multipla. Man mano che il tempo passava e vedevo il suo percorso mi interessavo sempre di più, dopodiché ho visto il nuovo bando per l'iscrizione dell'anno 2025/26, non avevo nulla in ballo che potevo perdere anzi, sarebbe stata una nuova esperienza da provare.

Su cosa vorresti lavorare di più durante questi mesi al codacons VdA?

Particolarmente sulla mia timidezza, ho sempre fatto fatica ad aprirmi con le persone sicuramente non sono una ragazza estroversa. Non voglio cambiare del tutto il mio essere a me piace come sono, mi piace stare da sola e a volte ne ho bisogno però vorrei riuscire a uscire un po' dal mio guscio e affrontare questa timidezza affrontando la vita in modo sereno e tranquillo.

Perché hai scelto il Codacons VdA?

Ho scelto il Codacons perché innanzitutto ho guardato la vicinanza da casa non avendo la possibilità di spostarmi autonomamente, ho letto tutto il documento inerente al progetto e mi sono informata su ciò che fosse questa associazione. Sicuramente non sapevo a 360° a cosa sarei andata incontro però volevo comunque buttarmi e provare a fare qualcosa di nuovo e diverso da ciò che avevo fatto in precedenza.



Come ti sembra l'esperienza, anche se sei entrata da poco?

Anche se sono qua da qualche mese la trovo una bella esperienza piena di insegnamenti, ho rafforzato dei concetti che magari già sapevo ma ho anche imparato tante nuove cose riguardanti ciò che si svolge all'interno dell'associazione. Sono sicura che più passerà il tempo e più avrò la possibilità di acquisire più nozioni e crescere personalmente.

Cosa ti aspetti da questa esperienza?

Mi aspetto di imparare cose nuove il più possibile, di sbloccare un po' la mia timidezza, di imparare a stare in un luogo differente e a me nuovo, con regole diverse e persone diverse. Di trascorrere in modo positivo e arricchirmi di saperi riguardanti sia la vita quotidiana che sulla vita in generale.

Cosa vuoi aggiungere a questa intervista?

Credo che un'esperienza come questa non capiti sempre, bisogna coglierla al volo e mettersi in gioco. Non importa dove ti trovi ma importa che tu ti trovi bene nell'ambiente e che puoi vivere tutto ciò con tranquillità e con la possibilità di crescere e perché no, rafforzare il proprio carattere. In ultimo penso sia anche un'ottima esperienza per il futuro.

Convenzionati

CON IL CODACONS VALLE D'AOSTA



Carrozzeria Crisafi - Pollein

Sconto del 15% sul preventivo e auto di cortesia gratuita.

Per info: 0165 053175

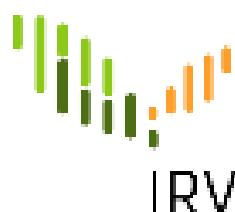


Coldiretti: CAF - Patronato - Rapporto di lavoro Colf/Badanti

Dichiarazione dei redditi, ISEE, pensioni, contratti di lavoro subordinato.

Tutte le prestazioni possono essere richieste direttamente in sede Codacons ed erogate dalla struttura convenzionata.

Per info: 0165 261171



IRV - Istituto Radiologico Valdostano

Esami ecografici e radiologici: sconto 10%.

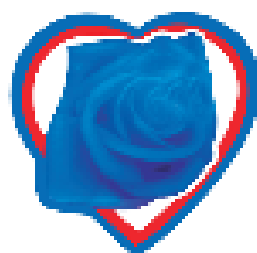
Risonanza magnetica: € 175,00 anziché € 250,00.

Esami di laboratorio: sconto 10%.

Visite fisioterapiche (massoterapia, tecarterapia, rieducazione funzionale, onde d'urto minimo 3 sedute, tens): sconto 10%.

Visita specialistica gastroenterologica: sconto 10%.

Per info: 0165 279800



Convenzione con la società Croce Valle d'Aosta di Agostino Salvatore

Fornisce servizi di trasporto presso strutture mediche, trasporto infermieri intra ed extra ospedaliero, emodializzati, emoderivati sangue ed organi su tutto il territorio europeo.

Tariffe agevolate per associati Codacons.

Per info: 338 733 85 28



Convenzione con la psicologa Monique Guizzetti (AO)

Primo sportello di ascolto gratuito con la Dott.ssa psicologa Monique Guizzetti presso la Sede Codacons in via Abbé Gorret 29.

Convenzione del 20% per gli associati interessati.

Per info: 0165 238126



Confartigianato

Servizi rivolti agli associati Codacons che intendono avviare una attività autonoma-imprenditoriale, sicurezza sul lavoro, haccp, privacy, pratiche fiscali e amministrative, ecc.

Tariffe agevolate per associati Codacons.

Per info: 0165 381001

CODACONS VALLE D'AOSTA
Via Abbé Gorret, 27
11100 Aosta

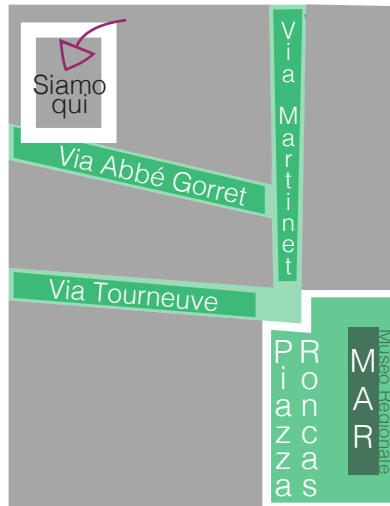
Orari apertura

Lunedì-Giovedì
h.9,00/12,00
h.15,00/18,00

Venerdì
si riceve
solo su
appuntamento

D
o
v
e

s
i
a
m
o



telefono:
0165/238126

e.mail:
info@codaconsvda.it

sito:
www.codacons.vda.it

