

Tutte le opportunità per una spesa più sana e più umana a Como

Cara Elena,
ottime notizie dalla mia ricognizione puntuale!

Hai una bella cooperativa di fatto biologica che consegna le **cassette a domicilio**, Si Può Fare TERRA, che ho sentito personalmente ed è ben disponibile a servirti (a partire da febbraio, quando riprenderanno a consegnare), poi tante altre cosine che ti consiglio di guardare...

Ti metto comunque anche i mercati contadini, che rappresentano sempre il primo filo che consiglio di tirare per conoscere i produttori intorno a sé e i loro servizi (tra i quali spesso c'è la consegna a domicilio). Magari li conosci già, ma non si sa mai :-)

Mercati contadini

👉 Mercato coperto

Mercato Coperto di Via Mentana 7, nella zona riservata ai produttori.
Martedì, giovedì e sabato mattina dalle 8 alle 13.

NB: In questi contesti 'misti', è importante distinguere i veri produttori dai commercianti, che rivendono la roba dell'ortomercato, sulla cui tracciabilità e metodo di produzione non abbiamo garanzie. I produttori solitamente sono identificabili anche perché hanno una gamma di prodotti molto più ristretta.

Tra i produttori presenti, ti segnalo la Coop. Sociale Si può fare TERRA: ti metto qui sotto una foto del loro banco, ma te ne parlo meglio sotto.



📍 Como Rebbio

Parco dei Missionari Comboniani in Via Salvadonica 3, traversa di Via Varesina.
Sabato mattina dalle 8 alle 12.30. Questa è la [pagina FB del mercato](#).



È un mercato a filiera corta con **tanti produttori locali e biologici**, parte dei quali sono nella rete solidale *Isola che c'è*. A seconda delle stagioni e delle presenze, ci sono diversi prodotti, in prevalenza locali e biologici. In particolare: verdura e frutta, formaggi vaccini e di capra, salumi, pane e prodotti da forno, vino, olio e **anche prodotti ecologici per l'igiene e la cura personale e la pulizia della casa**.

Periodicamente si organizzano giornate con i produttori o eventi a tema. Tieni d'occhio tutte le iniziative attraverso il sito degli organizzatori [L'isola che c'è](#), compresa la fiera annuale a metà settembre a Villa Guardia, che arriverà nel 2019 alla XVI edizione, e le periodiche *giornate del riuso*.

Anchi qui ti segnalo la presenza Coop. Sociale Si può fare TERRA, vedi foto. La ritrovi sotto tra i servizi di consegna a domicilio.



In questo stesso mercato troverai anche Marco di **BioRama**, che vende verdura, frutta e uova bio. Dalla primavera all'autunno ha i propri prodotti, che coltiva lui; nei primi mesi dell'anno invece rivende da produttori del sud (certificati bio). Le uova invece sono sue tutto l'anno: [BioRama](#).



Produttori bio_certificati e non

Consegnano a domicilio

☞ Coop. Si può fare

Ottima realtà. Il metodo di coltivazione è di fatto biologico, anche se non certificato, basato sulla relazione diretta e sulla fiducia – e in passato sul metodo della ‘garanzia partecipata’ del Distretto di Economia Solidale della Lombardia, cui avevano partecipato finché erano stati stanziati i fondi.

L’aspetto sociale consiste nel fatto che tra i collaboratori ci sono persone svantaggiate. Dunque comprando da loro, sostieni anche un servizio sociale di inserimento lavorativo.



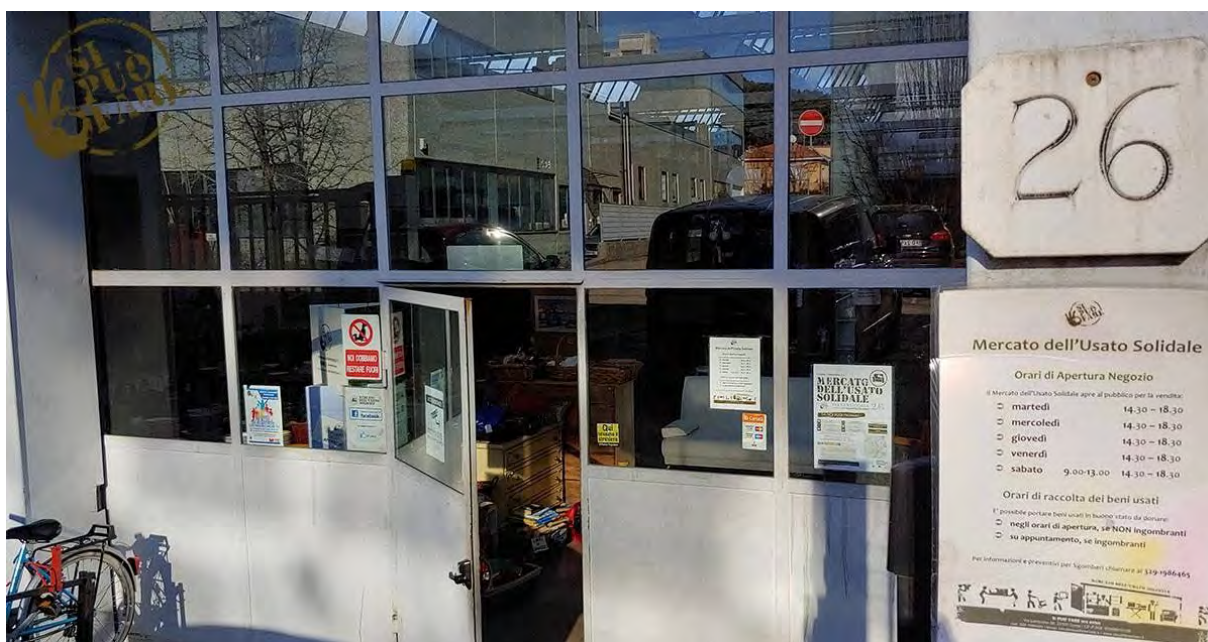
Hanno un servizio di **consegna di cassette miste di ortaggi** a discrezione dell'orto, in 2 taglie possibili:

- ❖ 15 euro, 5 kg
- ❖ 21 euro, 7,5 kg

La consegna è inclusa nel prezzo. Per loro è un prezzo basso, dunque la variazione consentita è minima (si possono segnalare i prodotti sgraditi). Il servizio è attivo da febbraio a dicembre, il responsabile mi ha confermato che ripartirà ai primi di febbraio.

Viceversa si può fare una spesa totalmente a scelta, da un listino distribuito via whatsapp, pagando i prezzi al kilo + 4 € di consegna.

La consegna viene fatta a domicilio oppure su richiesta la cassetta si può ritirare presso il **Mercato dell'Usato Solidale**, in Via Lenticchia 26, alla periferia di Como.



Altri punti di consegna possibili:

- ❖ in campo a **Senna** (in una bellissima collina)
- ❖ a **Olgiate C.** da aprile a ottobre, uno spaccio piccolino ma molto funzionale.
- ❖ nei **mercati contadini** che ti ho indicato all'inizio.

Scarica il [riepilogo dei punti di consegna e delle regole per le cassette a domicilio](#).

Curiosità: fanno anche servizi di sgomberi, traslochi, imbiancature, persino stileria.





☞ Corto Circuito

Un'altra cooperativa sociale e agricola, che però ha chiuso a fine 2017. Non farti trarre in inganno dal [loro sito](#), dove si parla di consegna a domicilio, vendita online e di una bottega agricola a Lipomo. Peccato.

☞ Cortilia

È un servizio un po' per 'altospendenti', non solo biologico. La scala è comunque da grande distribuzione organizzata e la roba arriva, sì tracciata, ma non necessariamente da vicino. Trovi tutto [sul loro sito](#).

Se sei molto interessata, ti allego a parte un'intervista che ho fatto loro un anno fa e che ho fatto confluire in un [ebook che di solito vendo a parte](#). Tieni conto che tutti questi servizi però hanno punti di partenza piuttosto distanti da Como, dunque non sono qui a consigliarteli come raggio corto :)

Dritte fuori porta

Ecco un piccolo elenco di aziende nei dintorni, presso cui magari fare una gita ogni tanto, o da cui passare quando sei in giro nei loro paraggi.

Zona Erba

☞ La Runa

È una fattoria sociale che coltiva e produce ortaggi, frutta, trasformati e uova. Trovi la [scheda nella guida di ConsideroValore](#).

☞ Martino e le api

Martino produce miele e nocciomiele, ottimi spalmabili da combinare al tuo pane! Trovi la [scheda nella guida di ConsideroValore](#).

Biofera, Canzo

Imperdibile evento che si svolge **ogni anno a Canzo all'inizio di settembre**, organizzato dai volontari della Compagnia di Nost. È un appuntamento speciale e autentico, che si distingue tra tutte le fiere del bio per qualità del luogo e dell'atmosfera, familiarità, selezione dei produttori. Nella splendida architettura dei cortili e del parco di Villa Meda, nel borgo di Canzo. Gli espositori sono ammessi su invito, e nel 2018 sono stata ammessa persino io, a parlare di *Come mangiare meglio a partire dalla spesa*.



Visita il sito della [BioFera](#).

Sopra Canzo

👉 Ca' Manin

A Crezzo - Oliveto Lario. Capre da latte, formaggi freschi e stagionati a latte crudo, yogurt e gelati, orto, more e lamponi, altra frutta, confetture e conserve. Sono anche **agriturismo**: [Ca' Manin](#).

Last but not least

A latere, giusto per confronto – mi pare offrano attività simili alle tue, o in cui ti vedrei bene – ti segnalo anche questa realtà, se non la conosci già: [Slow Lake Como](#).

Prosit!