

Ottobre 2022

**MENSILE  
A CURA DEL TEAM  
COMUNICAZIONE  
UILCA GRUPPO MPS**

*Siria Boccalini  
Tiziana Blasilli  
Graziella Cicciù  
Paolo Fongaro  
Maria Chiara Milanese  
Annalisa Pancione  
Paolo Panzacchi  
Lucia Rinaldi*

## RUBRICHE

- **AUMENTO DI CAPITALE MPS: UNA SFIDA COMBATTUTA E VINTA**  
A cura di Carlo Magni
- **PIERPAOLO BOMBARDIERI CONFERMATO ALLA GUIDA DELLA UIL, IL SINDACATO DELLE PERSONE**
- **AUMENTO DEI TASSI DI INTERESSE: LA POSSIBILE TASSAZIONE DEI FINANZIAMENTI AGEVOLATI AI DIPENDENTI COME FRINGE BENEFIT**  
A cura di Siria Boccalini
- **WELFARE IN CONFETTI**  
A cura di M. Chiara Milanese
- **WELLNESS UILCANESS**  
A cura di Graziella Cicciù
- **UNA MANO PER GLI ALTRI**  
A cura di Tiziana Blasilli
- **ZERO MORTI SUL LAVORO: UN OBIETTIVO COMUNE CHE DEVE ESSERE CENTRATO**  
A cura di Stefano Aronica

**PARTECIPA ANCHE TU  
CON LA RUBRICA:**

**"LA MIA PAGINA" !**

**VUOI PROPORRE UN ARTICOLO, FARCI UNA DOMANDA O RACCONTARE LA TUA STORIA? CONTATTACI ALL'EMAIL**

[uilca.mps@uilca.it](mailto:uilca.mps@uilca.it)



# UN ALTRO

## MOTIVO PER SCEGLIERCI

*Il nostro nuovo mensile pensato per te*

### **AUMENTO DI CAPITALE BANCA MPS: UNA SFIDA COMBATTUTA E VINTA**

*A cura di Carlo Magni - Segretario Responsabile Coord. UILCA Gruppo e Banca MPS*



Carissime Iscritte,  
Carissimi Iscritti,

Il 31 ottobre 2022 si è concluso il periodo di offerta in opzione, per l'operazione di aumento di capitale del Monte dei Paschi di Siena da 2,5 miliardi di euro, con circa il 93% dello stesso già sottoscritto per effetto di impegni vincolanti da parte di investitori istituzionali, quota che comunque potrà essere incrementata, fino al prossimo 3 novembre, per effetto di ulteriori sottoscrizioni a valere sui diritti inoptati.

Il contesto all'interno del quale è maturata tale operazione non è stato certo uno dei più semplici e favorevoli, ma questa è una costante nella storia della nostra realtà bancaria negli ultimi 10 anni: inflazione altissima, incertezze nell'insediamento del nuovo Esecutivo, turbolenze sui mercati, scenari internazionali, tassi in costante crescita, e così via.

Ciò nonostante, sotto il profilo tecnico, l'aumento era praticamente già fatto. Si tratta di un'operazione iperdiluitiva - 374 nuove azioni ogni tre azioni possedute - senza sconto, con il Tesoro primo azionista che detiene il 64,23% del capitale del Monte, il quale sottoscriverà in toto la quota di propria pertinenza.

Nell'ultima settimana si sono poi fatte avanti alcune fra le più importanti Fondazioni di origine bancaria le quali, sottoscrivendo probabilmente un importo che varia fra i 75 ed i 100 milioni, andrebbero ad aggiungersi ad altri impegni all'acquisto oramai consolidati da parte degli investitori retail. Poi ci sono Axa, Anima, i Fondi Algebris e terzi investitori che si sono impegnati per cifre che, ovviamente, andranno convalidate, ma che fanno comprendere come l'operazione fortemente voluta dal management della Banca stia procedendo spedita, secondo il disegno reso pubblico prima della pausa estiva.

Infine, il consorzio di garanzia, composto da otto banche, che hanno sottoscritto impegni all'acquisto per 807 milioni di euro complessivi, il quale tuttavia dovrà mettere in campo uno sforzo economico sicuramente inferiore rispetto a quanto in origine preventivato, in virtù delle considerazioni precedentemente esposte.

Insomma, dopo il tempo del pessimismo - dilatato a dismisura da certa stampa economica, di chiara identificazione politica - sembra che le valutazioni sull'esito dell'operazione stiano andando in direzione opposta. Bisogna dire che il lavoro dell'attuale Amministratore Delegato, Luigi Lovaglio, portato avanti di concerto con il MEF, ha evitato che il progetto naufragasse, come forse molti, troppi, auspicavano. Adesso sull'opera-


**Ottobre 2022**
*Il nostro nuovo mensile pensato per te*

zione c'è addirittura un interesse di tipo finanziario da parte degli investitori. Certo, gli stessi sollecitano al termine dell'aumento di capitale, ancora una volta, l'integrazione del Monte con un'altra banca, come soluzione quasi obbligata, e in questo senso i fautori delle "fusioni a tutti i costi" hanno già ricominciato a forgiare ipotesi su ipotesi, senza alcuna remora rispetto alla mancata realizzazione di tali previsioni, che questi "esperti" hanno incautamente diffuso in ogni dove durante gli ultimi anni.

A dire il vero, al momento ci sono elementi fondamentali non ancora conosciuti, quali la posizione del MEF sul tema in analisi - posizione, lo ricordo, relativa al timing della fuoriuscita dello Stato dalla proprietà del Monte dei Paschi - che forse verrà svelata fra qualche tempo, sulla base delle dinamiche e degli accordi intercorrenti fra il Governo e la DG Comp della Commissione Europea, aggiungendo così un tassello prezioso a qualunque ipotesi di lavoro riguardante l'evoluzione strategica della Banca più antica del mondo.

C'è da dire che anche l'Esecutivo presieduto da Mario Draghi non è riuscito a definire una specifica posizione sul futuro del Monte dei Paschi, eccezione fatta per la rovinosa esperienza riguardante la trattativa con UniCredit. Per quanto ci concerne, come UILCA e come Dipendenti, riteniamo che proprio gli errori compiuti nel corso di quella vicenda debbano servire per chiarire il percorso prossimo venturo. Se si riterrà di escludere l'ipotesi "stand alone", che per le Lavoratrici ed i Lavoratori rimane comunque un obiettivo perseguibile e basilare, sarà bene che ciò avvenga in modo trasparente, coinvolgendo il Sindacato nel confronto, senza mettere in discussione il marchio ed il radicamento territoriale della nostra realtà creditizia, partendo dal presupposto dell'impossibilità per il Monte dei Paschi di scomparire completamente, dissolvendosi in un'altra azienda bancaria, domestica o internazionale.

> Rimane comunque il fatto che su tutto quanto accaduto in questi ultimi, lunghissimi 10 anni, sarà necessaria una riflessione esaustiva ed approfondita, anche sotto il profilo politico ed istituzionale. Lo si deve a tutti coloro - in primo luogo alle Colleghe e ai Colleghi - che hanno incessantemente operato per assicurare a Banca MPS un futuro e una ulteriore possibilità di sviluppo e di consolidamento.

Da oggi in poi, se davvero tutti i tasselli riguardanti il Piano Industriale andranno al loro posto - ivi compresa la manovra di esodo volontario e la profonda riorganizzazione di BMPS - dovremo avere quindi la capacità di voltare pagina in maniera irreversibile, pena l'inutilità del percorso faticosamente compiuto sino a questo momento. **Qualunque possa essere l'evoluzione futura del Monte dei Paschi, la stessa dovrà essere pertanto affiancata da un nuovo modello di interlocuzione tra le parti sociali aziendali e con la proprietà, da una concreta e reciproca capacità di ascolto, soprattutto dalla volontà di acquisire i contributi del Sindacato anche sulle scelte e sulle trattative industriali, come stiamo appunto facendo in questi giorni sui temi e sulle negoziazioni in corso fra le parti sociali aziendali.**

Questa è la sfida concreta, la sfida in atto anche nel particolare momento storico che stiamo vivendo: un momento storico in cui ognuno sembra avere la sua valutazione e proporre la sua analisi, senza tuttavia mettere in campo le energie necessarie per andare ad individuare una soluzione definitiva al problema della continuità aziendale del Monte dei Paschi.

Ma - e lo abbiamo detto più volte - noi come UILCA e come tavolo unitario ci siamo, siamo presenti e non abdichiamo al nostro ruolo: nella sfida di cui stiamo parlando, la differenza, ancora una volta, sarà costituita dal modo di intendere e di concretizzare il confronto fra Azienda, Sindacato e Stakeholders.


**Palazzo Salimbeni—Siena**
**Foto di Carlo Magni**



Ottobre 2022

*Il nostro nuovo mensile pensato per te*

## PIERPAOLO BOMBARDIERI RIELETO SEGRETERIO GENERALE DELLA UIL

Confermata all'unanimità la Segreteria confederale uscente

**PierPaolo Bombardieri è stato rieletto Segretario generale della Uil.**

Il Consiglio confederale, insediatosi immediatamente al termine del Congresso confederale nazionale, svoltosi a Bologna dal 13 al 15 ottobre, ha confermato Bombardieri al vertice dell'Organizzazione, attribuendogli all'unanimità il mandato per i prossimi quattro anni. Davanti a più di duemila delegate e delegati, il leader della Uil ha ribadito la linea della sua Organizzazione sulle questioni economiche e sindacali, suscitando un consenso totale ed entusiasta.

Dalla riduzione dell'orario di lavoro a parità di salario alla detassazione della tredicesima per lavoratori e pensionati, dalla creazione di una procura speciale per gli incidenti sul lavoro all'istituzione di una giornata per la legalità fiscale: sono queste solo alcune delle proposte emerse al XVIII Congresso nazionale della Uil, le assise che passeranno alla storia per aver dato vita al Sindacato delle persone, nella prospettiva del Terzo Millennio.

**Bombardieri ha poi proposto la rielezione dell'intera Segreteria confederale uscente (Emanuele Ronzoni, Domenico Proietti, Tiziana Bocchi, Ivana Veronese) e del Tesoriere (Benedetto Attili), proposta accolta all'unanimità.**

**Fonte:** [UIL Sito internet ufficiale](#)



[LINK ALLA RELAZIONE  
DI PIERPAOLO BOMBARDIERI  
SEGRETERIO GENERALE UIL](#)



Nel corso del congresso la Uil ha inoltre presentato il suo nuovo simbolo, passando dalla sua definizione storica "Il Sindacato dei cittadini" ad essere "Il Sindacato delle persone. L'idea del "Sindacato delle persone" nasce dalla volontà di fondare un nuovo umanesimo sociale e sindacale che - come ha detto Bombardieri nella sua relazione introduttiva - "richiami i valori della solidarietà e dell'umanità, per rappresentare le persone, a prescindere dall'età, dalla religione, dalla provenienza geografica".

Ottobre 2022

*Il nostro nuovo mensile pensato per te*
**AUMENTO DEI TASSI DI INTERESSE: LA POSSIBILE TASSAZIONE  
DEI FINANZIAMENTI AGEVOLATI AI DIPENDENTI COME FRINGE BENEFIT**

a cura di Siria Boccacini



Per diversi anni i tassi di interesse hanno avuto un trend ribassista e i finanziamenti ai dipendenti hanno seguito questa discesa, allineandosi e riadattandosi al tasso di riferimento in corso.

vede la verifica del tasso BCE a fine anno e il calcolo retroattivo sul 50% del differenziale tra questo parametro e i tassi effettivamente applicati sui mutui/prestiti dei dipendenti anche nei mesi precedenti.

Nel conguaglio di fine anno quindi, in relazione all'andamento dei tassi e all'importo complessivo dei fringe benefit percepiti, i dipendenti potrebbero trovare correzioni a credito o a debito in relazione alla suddetta tassazione. Le aziende operano in tal senso da sostituto d'imposta, applicando la normativa fiscale dello Stato in materia (TUIR-1986).

Precisiamo che i buoni pasto sono esenti da tassazione e non concorrono al raggiungimento di tale soglia se rispettano il limite di €8 per i buoni pasto elettronici e €4 per i buoni pasto cartacei. Lo stesso vale per la polizza sanitaria se rispetta il principio di mutualità (art 51 TUIR).

I recenti aumenti del tasso di riferimento BCE potrebbero ora comportare un'inversione di tendenza. I tassi dei finanziamenti al personale, in molti casi, potrebbero ora essere più bassi del tasso di riferimento e comportare - come si era verificato in anni passati, in relazione al **Testo Unico Delle Imposte Sui Redditi** (TUIR art. 51) - l'applicazione di una tassazione sul 50% del differenziale tra il tasso BCE (TUR) e il tasso riconosciuto ai dipendenti, in quanto considerabile fringe benefit.

La tassazione, in base al reddito e alle aliquote IRPEF, viene effettuata in caso di superamento della soglia di esenzione dei fringe benefit, elevata dal Decreto Aiuti Bis (**DL n.115 del 09/08/2022**), solo per il 2022, a 600 euro (+ 200 euro per eventuali buoni carburante).

Considerando il tasso BCE di riferimento in aumento, recentemente innalzato al 2%, i dipendenti che hanno finanziamenti agevolati in corso potrebbero quindi trovare una trattenuta nelle prossime buste paga, che per MPS è riscontrabile nella voce 53007 "prestiti agevolati dipendenti parte asso..."

Va precisato che la legislazione in materia pre-


**TUIR**
**DL AIUTI BIS**
**DL 115 DEL  
09/08/2022**



Ottobre 2022

*Il nostro nuovo mensile pensato per te*
**UN CALCOLO ORIENTATIVO SUI FRINGE BENEFIT RIFERIBILI AI PRESTITI/MUTUI DEI DIPENDENTI PUÒ ESSERE EFFETTUATO APPLICANDO LA SEGUENTE FORMULA:**

⇒ CALCOLARE IL 50% DEL DIFFERENZIALE TRA IL TASSO BCE E IL TASSO APPLICATO SUI FINANZIAMENTI AL PERSONALE. ESEMPIO: PONIAMO CHE IL TASSO BCE DI RIFERIMENTO SIA IL 2% E IL TASSO DEL PRESTITO SIA LO 0,50%, IL 50% DEL DIFFERENZIALE SARÀ 0,75%

$$(2-0,50=1,50/2=0,75)$$

CONSIDERANDO QUESTA SIMULAZIONE IL DIFFERENZIALE APPLICABILE, CHE CHIAMEREMO **A**, È QUINDI=0,75.

⇒ APPLICHIAMO ORA LA SEGUENTE FORMULA:

- DEBITO RESIDUO DEL MUTUO MOLTIPLICATO PER **A** (CHE NELLA NOSTRA IPOTESI CORRISPONDE A 0,75) /1200 = FRINGE BENEFIT MENSILIZZATO.
- MOLTIPLICHIAMO ORA L'IMPORTO PER I MESI DELL'ANNO TRASCORSI (AD OTTOBRE 10).

SE L'IMPORTO COMPLESSIVO DEI FRINGE BENEFIT SUPERA I 600 EURO TROVEREMO LA TRATTENUTA IN BUSTA PAGA.

**SCOPRI I PROGETTI E I SERVIZI DELLA UIL**
**CLICCA SULLE ICONE PER VISITARE I SITI INTERNET DEDICATI**
**TERZO MILLENNIO**


IL SINDACATO DEI CITTADINI



IL PATRONATO DEI CITTADINI



Ottobre 2022

*Il nostro nuovo mensile pensato per te*
**WELFARE IN CONFETTI Rubrica a cura di Maria Chiara Milanese**
**LEGGE 104: COME E QUANDO RICHIEDERLA**


messi, in attesa del rilascio del verbale definitivo.

In alternativa alla richiesta di visita è possibile, al fine di ottenere il verbale, richiedere la valutazione degli atti per le malattie che rientrano nel perimetro di quelle cosiddette "non opinabili" allegando il materiale sanitario disponibile alla pratica di richiesta sul portale INPS.

La legge 104 rappresenta dal 1992 la legge quadro per l'assistenza, l'integrazione sociale e i diritti di coloro che sono affetti da disabilità grave.

Il primo passo da compiere al fine di poter accedere ai permessi, successivamente ad una diagnosi di patologia invalidante, è quello di effettuare contestualmente la richiesta di visita per invalidità civile e per Legge 104 (per stabilire anche la presenza del diritto ad un eventuale accompagnamento).

In sede di richiesta, tramite portale INPS o sportello di CAF/Patronato, è consigliabile fornire un indirizzo PEC per la ricezione della risposta.

Dopo circa una settimana l'INPS risponderà inviando un SMS al richiedente, fissando un appuntamento che avrà lo scopo di redigere un verbale temporaneo.

Pe vedersi riconoscere il diritto ad un permesso retribuito di 3 giorni a mese, per il disabile e i familiari, da fruire in modo continuativo o frazionato, sarà indispensabile che il verbale riporti il riferimento all'art. 3, comma 3 della suddetta legge.

Inviando a Siena il verbale temporaneo è possibile iniziare a fruire immediatamente dei per-



Una volta ottenuto il verbale definitivo, occorre che il soggetto portatore di handicap e/o il caregiver inserisca la domanda sul portale dell'INPS, selezionando la voce "Indennità per permessi fruiti dai lavoratori per assistere familiari disabili in situazioni di gravità o fruita dai lavoratori disabili medesimi" (dal menù a sinistra occorre seguire i seguenti passaggi: Disabilità > Permessi Legge 104 > Acquisizione domanda).

Infine, bisogna inviare una mail a **legge104@mps.it**, allegando il verbale definitivo e il protocollo della domanda inserita sul portale INPS.



*Il nostro nuovo mensile pensato per te*

**CURIOSITÀ**

L'origine più recente della parola handicap è da ricercare nel linguaggio sportivo internazionale, segnatamente ippico, quando per decidere l'ordine di partenza dei cavalli prima di una competizione si usava estrarre i nomi dal cappello (hand in cap).

La mano che pescava a sorte era dunque responsabile delle migliori o peggiori opportunità distribuite ai partecipanti, determinando uno svantaggio sugli ultimi estratti.

Le politiche di inclusione hanno quindi l'obiettivo di ridurre al minimo questo svantaggio, in ambito sociale e lavorativo, favorendo una reale condizione di "pari opportunità".

Le barriere architettoniche e le barriere ideologiche stentano ancora ad essere eliminate, ma i sindacati insieme a diverse associazioni si battono costantemente per creare un ambiente lavorativo inclusivo e lavorare per lo sviluppo di una società pronta e organizzata per dare il giusto spazio e le giuste occasioni a tutte/i.

Il nuovo Piano nazionale per la non autosufficienza, relativo al triennio 2022-2024, presentato dall'ex ministro del Lavoro e delle Politiche Sociali Andrea Orlando, ha stanziato complessivamente oltre 2,6 miliardi di euro per lo sviluppo degli interventi tesi a garantire i livelli essenziali delle prestazioni sociali su tutto il territorio nazionale.

Sono state finanziate inoltre azioni volte alla realizzazione dei progetti previsti dalle "Linee di indirizzo per Progetti di vita indipendente", sulla base della programmazione regionale, per 183 ambiti coinvolti e un ammontare complessivo di risorse a livello nazionale pari a più di 14,6 milioni di euro per ciascun anno del triennio 2022-2024.

In basso il volantonone Uilca Gruppo MPS con le novità relative alla Legge 104.



**LEGGE 104: LE NOVITÀ**

INPS - Messaggio numero 3096 del 05-08-2022



CHI PUO' USUFRUIRE DEI PERMESSI

I tre giorni di astensione dal lavoro potranno essere chiesti per l'assistenza a persone con disabilità grave, non ricoverate a tempo pieno, rispetto alle quali il lavoratore sia:

1. coniuge;
2. parte di un'unione civile ai sensi dell'art.1, comma 20, della legge 20 maggio 2016, n. 76;
3. convivente di fatto ai sensi dell'art.1, comma 36, della medesima legge;
4. parente o affine entro il secondo grado.

STOP AL REFERENTE UNICO

I tre giorni di permesso mensile retribuito potranno essere alternati nella fruizione tra più soggetti per l'assistenza dello stesso disabile.



IL CONGEDO STRAORDINARIO

Relativamente al congedo straordinario di due anni per assistere familiari con disabilità, normato dall'articolo 42 del d. l. n. 151 del 2001, viene previsto che:

1. Per il diritto a usufruire del congedo vengono equiparati al coniuge convivente della persona con disabilità grave anche la parte di un'unione civile e il convivente di fatto.
2. Il diritto a fruire del congedo deve essere riconosciuto entro i 30 giorni dalla richiesta.
3. Il diritto al congedo spetta anche nel caso in cui la convivenza sia stata instaurata successivamente alla richiesta di congedo.



SMART WORKING

Il diritto da parte del beneficiario ad accedere in via prioritaria allo smart working, misura che riguarda sia i familiari che prestano assistenza che i soggetti con disabilità.



UN ALTRO

**MOTIVO  
PER  
SCEGLIERCI**

Ottobre 2022

*Il nostro nuovo mensile pensato per te*
**WELLNESS– UILCANESS Essere UILCA, stare bene**
**Rubrica a cura di Graziella Ciccù**
**COME ALLENARE IL SISTEMA IMMUNITARIO CONTRO L'INFLUENZA**

*essere UILCA, stare bene.*

*a cura di Graziella Ciccù*

Questo ottobre quasi "estivo", con temperature inaspettatamente sopra la media, sembra aver allontanato l'appuntamento con i primi freddi d'autunno, con la scarsa umidità, e con la temuta influenza che segna l'esordio brusco dell'inverno.

Abbiamo imparato, soprattutto in questi ultimi anni, a riconoscere i virus responsabili dell'influenza e del raffreddore, a individuarne i sintomi, abbiamo anche sperimentato come semplici accorgimenti igienico-comportamentali possano ridurre il rischio di ammalarsi o di trasmettere i virus; abbiamo capito come affrontare l'influenza stagionale, come difenderci e come prenderci cura di noi stessi potenziando il nostro sistema immunitario.

Affinché il nostro sistema immunitario funzioni da barriera protettiva contro i malanni di stagione è importante rafforzarlo innanzitutto attraverso un'alimentazione adeguata che tenga conto dello stile di vita e del consumo calorico giornaliero; attraverso una opportuna integrazione di vitamine e minerali; attraverso una buona dose di sport.

Lo abbiamo ribadito più volte nel corso di questa rubrica, lo sport comporta un miglioramento dello stato generale di salute di chi lo pratica per molteplici aspetti, non si tratta solo di mantenere la linea o di aumentare muscoli e performances. Vediamo nello specifico in che modo l'attività sportiva fortifica il nostro organismo rendendolo meno vulnerabile agli attacchi patogeni esterni, tanto da essere considerato una vera e propria terapia, una medicina naturale in grado di difenderci anche dalle malattie più severe.

**Ogni singola sessione di allenamento, anche aerobico, se si rispetta il recupero previsto, rafforza già il sistema immunitario, ma è la somma degli allenamenti eseguiti con costanza e con la giusta frequenza, che induce una maggiore produzione di linfociti migliorando i parametri immunologici in generale. Questo permette di fronteggiare gli attacchi di virus e batteri anche nella fase precoce o in ogni caso riduce i sintomi conseguenti al contagio.**

L'esercizio fisico, presentando una risposta immunitaria simile a quella indotta da una situazione di infiammazione, funziona quindi da stimolo per il sistema immunitario che vigila in misura maggiore sulle aggressioni cui è sottoposto l'organismo ed è quindi allenato a rispondere in maniera pronta ed efficace agli attacchi patogeni esterni.

Sembrirebbe dunque che fare sport sia la soluzione perfetta per vivere la stagione invernale senza timore di ammalarsi o con la ca-




**Ottobre 2022**
*Il nostro nuovo mensile pensato per te*


pacità di superare in tempi brevi un'eventuale infezione combattuta da un fisico meglio temprato. E in effetti lo è, la medicina perfetta, ma attenzio-

ne! Quando l'attività fisica si fa troppo intensa perché magari non programmata correttamente rispetto ad altri fattori (periodi di stress, squilibri nutrizionali), quando stimoli allenanti e tempi di riposo sono mal calibrati, si può generare uno stato di fatica cronica, noto con il termine di sindrome da sovrallenamento, nel quale la concentrazione di linfociti si abbassa con un indebolimento delle difese fino alla depressione immunitaria.

Subito dopo uno sforzo fisico eccessivo si verifica infatti un calo generalizzato del sistema immunitario detto "open window" la cui durata varia tra le 3 e le 72 ore in funzione del livello immunitario del soggetto. Lo stress indotto dai tessuti muscolare e connettivo, l'alterazione ormonale, la riduzione delle riserve energetiche si concretizzano in una maggiore esposizione al rischio di contrarre infezioni. È pertanto fondamentale programmare in maniera adeguata l'attività sportiva ed i relativi tempi di recupero, considerando l'età e la condizione fisica ed evitando di stressare oltre modo l'organismo; è importante aiutare il sistema immunitario con un regime alimentare equilibrato e con il dovuto supporto di integratori di vitamine, aminoacidi e sali minerali (soprattutto immediatamente dopo la sessione); è importante dare tempo al riposo e al recupero (rispettando i tempi previsti tra una seduta di allenamento e l'altra).

**Insomma, farsi contagiare dallo sport per prevenire il contagio da influenza.**

**L'ANGOLO DELLA RICETTA SANA**
**TORTA DI MELE E MANDORLE**
**IN PADELLA**
*A cura di Graziella Cicciù*

**INGREDIENTI:**

2 UOVA INTERE  
100 ML DI ALBUME  
150 GR DI MELA

80 GR DI FARINA D'AVENA INTEGRALE  
20 GR DI CIOCCOLATO FONDENTE IN SCAGLIE  
2 CUCCHIAINI DI CANNELLA  
1 CUCCHIAINO DI BICARBONATO  
15 GR DI MANDORLE IN SCAGLIE  
SUCCO DI 1/2 LIMONE  
ZUCCHERO A VELO Q.B.

**PROCEDIMENTO:**

Tagliare la mela a fettine sottili e cuocerne una parte a fuoco basso in padella per circa 5 minuti, fino ad ammorbidirle. Unire il bicarbonato alla farina e dopo aver miscelato bene aggiungere le uova e l'albume aiutandosi con le fruste per eliminare i grumi. Unire all'impasto le mandorle, le scaglie di cioccolato, le fettine di mele scaldate e un cucchiaino di cannella. Quindi versare tutto nella padella già calda disponendo in superficie le fettine di mele messe da parte. Cuocere con il coperchio per una decina di minuti a fuoco basso, quando la base sarà cotta e rappresa anche in superficie, girarla e cuocere ancora per un paio di minuti. Impiattare e decorare con zucchero a velo.



Ottobre 2022

*Il nostro nuovo mensile pensato per te*
**UNA MANO PER GLI ALTRI Rubrica a cura di Tiziana Blasilli**
**IBO ITALIA - IL VOLONTARIATO A PORTATA DI TUTTI**


Il nostro viaggio alla scoperta del volontariato e di tutte le sue declinazioni questa volta ci ha portato a IBO Italia: una Organizzazione Non Governativa (ONG) di ispirazione cristiana impegnata nel campo della cooperazione internazionale e del volontariato in Italia e nel Mondo.

Nasce nel 1957 grazie all'intento di Padre Angelo Marcandella di accogliere migliaia di giovani europei realizzando i primi campi di lavoro e solidarietà, ma solo nel 1968, diventa ufficialmente un'Associazione di Volontariato e un punto di riferimento per le persone che vogliono prestare il loro operato in favore del prossimo in Italia o all'estero.

**I suoi interventi sono legati alla educazione, istruzione e formazione.**

IBO opera nella convinzione che, attraverso le esperienze condivise tra giovani di diversi paesi, sia possibile costruire un clima di pace e giustizia e a tal fine si impegna nel coinvolgere i giovani in progetti di volontariato in Italia ed in diverse parti del mondo, per alcune settimane o un anno intero.

IBO Italia offre ai **ragazzi minorenni dai 14 ai 17 anni** la possibilità di partecipare ad esperienze di **lavoro e solidarietà come i Campi**

**di Volontariato**, in Italia e in Europa presso comunità o associazioni impegnate in attività e progetti sociali.

**Tutti i progetti di Summer Work Camp sono organizzati in lingua inglese**, sono esperienze di solidarietà che possono prevedere attività di costruzione, restauro, animazione ed educazione non formale, formazione alla pace e ai diritti umani, assistenza, tutela dell'ambiente e tanto altro ancora.

I Work Camp possono rappresentare un primo passo per affacciarsi al mondo del volontariato e della cooperazione internazionale, ma anche un'occasione per allargare i propri orizzonti ideologici e culturali.

**Nei Campi 14-17 è sempre presente un Camp Leader, persona formata da IBO** (o dalla associazione straniera di riferimento nel caso di Campi fuori Italia) che coordinerà il gruppo di volontari minorenni.

Ogni anno in autunno vengono organizzati gli incontri **Post-Campi per condividere le esperienze** dei tanti volontari impegnati durante l'estate.

**Negli ultimi tre anni 1085 volontari hanno prestato la loro opera per i progetti IBO, in Italia e all'estero.**



L'associazione può essere sostenuta anche con donazioni singole o periodiche, inclusa la cessione del quinto. **Visitate il sito internet per informazioni o approfondimenti.**



UN ALTRO

**MOTIVO  
PER  
SCEGLIERCI**

Ottobre 2022

*Il nostro nuovo mensile pensato per te*
**ZERO MORTI SUL LAVORO**
**UN OBIETTIVO COMUNE CHE DEVE ESSERE CENTRATO**
**A cura di Stefano Aronica**

**Il 22 Ottobre si è svolta a Roma la manifestazione confederale unitaria per la Salute e Sicurezza sui luoghi di lavoro.**

In piazza Santi Apostoli Cgil, Cisl e Uil hanno dato dimostrazione di voler perseguire un obiettivo comune: la tutela e la salute dei Lavoratori. Nel 2022 si sono registrati 600 morti sul lavoro (quasi 3 al giorno), oltre a circa 400 mila infortuni, per la maggior parte dovuti a irregolarità aziendali. Per le tre Confederazioni non sono solo numeri, riguardano la vita delle persone, la loro dignità e i loro diritti. La manifestazione è stata l'apice di una settimana di lavori, di giornate nelle quali si sono affrontati con decisione i temi della regolarità e del contesto normativo di riferimento, chiedendo maggior tutela per i lavoratori e controlli e sanzioni più aspre per le aziende che non applicano le misure di sicurezza previste.

Preziose sono state le dichiarazioni rilasciate dai lavoratori nel corso della manifestazione



che hanno reso palesi la precarietà delle condizioni di lavoro in Italia. A loro si sono uniti a gran voce i Segretari Generali e i sindacalisti presenti di Cgil, Cisl e Uil.

**“Morti sul lavoro, non più incidenti, ma omicidi. Saremo in piazza a ricordare chi muore sul lavoro”, ha dichiarato Pierpaolo Bombardieri, Segretario Generale Uil prima della manifestazione.**

L'intervento di Bombardieri ha rimarcato la priorità del tema della sicurezza sul lavoro per la UIL, da tempo impegnata a portare avanti la campagna **ZERO MORTI SUL LAVORO** con uno scopo preciso: **“Il nostro obiettivo non è diminuire, non è ridurre, ma azzerare. Zero morti sul lavoro”.**

Per sensibilizzare l'opinione pubblica su questo tema **diversi volti noti dello sport, del giornalismo e dello spettacolo, hanno affiancato e sostenuto la campagna Uil “ZERO MORTI SUL LAVORO”,** nella consapevolezza che il cambiamento parte dalla cultura e dalla conoscenza del tema, spesso troppo sottovalutato.



UN ALTRO

**MOTIVO  
PER  
SCEGLIERCI**

Ottobre 2022

*Il nostro nuovo mensile pensato per te*

**Testimonials - ... E lasciare la morte a zero. (zeromortisullavoro.it)**

Per la UIL questa campagna è una lotta continua per la vita, per la civiltà del lavoro.

**#ZEROMORTISULLAVORO ... E lasciare la morte a zero.**

La pagina web è portavoce di una campagna a livello nazionale, e fornisce materiali e informative per permettere ad ognuno di farsi da portavoce e, sviluppando un'adesione massiccia, diffondere la cultura del diritto alla sicurezza .

Vengono affrontati temi fondamentali, dalla richiesta di denuncia di irregolarità, agli incidenti sul tragitto casa-lavoro, alle ripercussioni della robotica sui lavoratori. "Per combattere questa battaglia è necessario scendere in campo in prima persona, metterci la faccia. Per vincere e lasciare i morti a zero."

I testimonials che hanno aderito rappresentano i volti di tutti coloro che in prima persona vogliono cambiare lo status quo, aumentando le tutele dei lavoratori e pretendendo a gran voce la sicurezza sui posti di lavoro.

Non vogliamo dichiarazioni di indignazione, ma fatti concreti.

## UIL CONVENZIONI

**TUTTE LE AGEVOLAZIONI A DISPOSIZIONE  
DELLE NOSTRE ISCRITTE E DEI NOSTRI ISCRITTI**



**[CLICCA SUL LOGO](#)**

**SCOPRI TUTTE LE CONVENZIONI E GLI SCONTI A TUA DISPOSIZIONE  
REGISTRATI SUL PORTALE DEDICATO CON LA TUA TESSERA UILCA**



*Il nostro nuovo mensile pensato per te*

**UILCA GRUPPO MPS**

Via Ricasoli n. 40  
53100 - Siena

Tel.: 0577-48589  
Tel int: 0577-299719

*Un altro motivo  
per sceglierci!*

*Non sei ancora iscritta/o  
con noi?*

*Clicca [qui](#) per scaricare la  
delega o contatta la nostra  
segreteria di coordinamento all'email:*

[uilca.mps@uilca.it](mailto:uilca.mps@uilca.it)

*VISITA IL NOSTRO SITO INTERNET:*

[HTTPS://WWW.UILCAGRUPPOMONTEPASCHI.IT](https://www.uilcagruppomontepaschi.it)

*SEGUICI SULLA NOSTRA PAGINA FACEBOOK: UILCA Gruppo MPS*

### *In questo numero*

<b>AUMENTO DI CAPITALE BANCA MPS: UNA SFIDA COMBATTUTA E VINTA</b> A cura di Carlo Magni	<b>1-2</b>
<b>PIERPAOLO BOMBARDIERI RIELETTO SEGRETARIO GENERALE DELLA UIL</b> <b>CONFERMATA ALL'UNANIMITÀ LA SEGRETERIA CONFEDERALE USCENTE</b> (fonte UIL official website)	<b>3</b>
<b>AUMENTO DEI TASSI DI INTERESSE: LA POSSIBILE TASSAZIONE DEI FINANZIAMENTI AGEVOLATI AI</b> <b>DIPENDENTI COME FRINGE BENEFIT</b> A cura di Siria Boccalini	<b>4-5</b>
<b>WELFARE IN CONFETTI</b> <b>LEGGE 104: COME E QUANDO RICHIEDERLA</b> A cura di Maria Chiara Milanese	<b>6-7</b>
<b>WELLNESS-UILCANESS Essere UILCA, stare bene</b> <b>COME ALLENARE IL SISTEMA IMMUNITARIO CONTRO L'INFLUENZA e L'ANGOLO DELLA RICETTA SANA</b> A cura di Graziella Ciccù	<b>8-9</b>
<b>UNA MANO PER GLI ALTRI</b> <b>IBO ITALIA - IL VOLONTARIATO A PORTATA DI TUTTI</b> A cura di Tiziana Blasilli	<b>10</b>
<b>ZERO MORTI SUL LAVORO - UN OBIETTIVO COMUNE CHE DEVE ESSERE CENTRATO</b> A cura di Stefano Aronica	<b>11-12</b>