

Giugno 2023

**MENSILE
A CURA DEL TEAM
COMUNICAZIONE
UILCA GRUPPO MPS**
*Siria Boccasini
Tiziana Blasilli
Renato Cestaro
Graziella Cicciù
Maria Chiara Milanesi
Roberta Morrocchi
Annalisa Pancione
Lucia Rinaldi*

RUBRICHE

- **IL PUNTO DELLA SITUAZIONE
L'AMBIZIONE DI NON ESSERE
PREDA**
di Carlo Magni
- **ALLUVIONE IN EMILIA-
ROMAGNA: IL RACCONTO DI
CHI LA VIVE DA VICINO**
Le testimonianze di Marcello
Borghetti e Renato Cestaro
- **UOMO/DONNA - UN'ALTER-
NATIVA DA RIPENSARE**
di Vanna Failli
- **VIVERE A COLORI : PER LE
PERSONE, PER I DIRITTI, PER
IL FUTURO**
Intervista a Marilena Pintore
di Siria Boccasini
- **UNA MANO PER GLI ALTRI
ASSOCIAZIONE NU BAI**
di Tiziana Blasilli
- **WELLNESS UILCANESS
LE PROTEINE E L'ANGOLO
DELLA RICETTA SANA**
di Graziella Cicciù

**PARTECIPA ANCHE TU
CON LA RUBRICA:**

"LA MIA PAGINA" !

**CONTATTACI
ALL'EMAIL**

uilca.mps@uilca.it



UN ALTRO

**MOTIVO
PER
SCEGLIERCI**

Il nostro nuovo mensile pensato per te

IL PUNTO DELLA SITUAZIONE

L'AMBIZIONE DI NON ESSERE PREDA

Rubrica di Carlo Magni, Segretario Responsabile UILCA Gruppo e Banca MPS



Intervistato a margine del festival dell'economia di Trento, il Ministro Giancarlo Giorgetti, con attinenza al percorso di uscita del MEF dal capitale di BMPS, ha rilasciato la seguente dichiarazione: "Vedo una partita da vincere. Oggi rispetto a sei mesi fa MPS può diventare una preda ambita, invece che un qualcosa da tenere lontano. È un elemento chiave".

Ebbene, proprio in quel termine, "preda ambita", sembrerebbe racchiudersi la sostanziale sottovalutazione del percorso compiuto dall'estate 2021 - periodo in cui è stata avviata dall'Esecutivo la fallimentare trattativa con Unicredit - sino ad oggi dalla banca senese, almeno con attinenza

alle prerogative e alla visione che il Governo dovrebbe avere sul percorso strategico e sul futuro di tale istituto di credito.

Se pensiamo, infatti, agli sforzi compiuti dai Dipendenti per portare a buon esito un piano industriale che, fino al momento presente, ha contemplato l'uscita di oltre 4000 Lavoratrici e Lavoratori, una profonda riorganizzazione dell'attività produttiva ed operativa, oltre al rinnovo della governance - senza contare l'immane operazione di aumento di capitale, sulla quale gravavano inizialmente incertezze e scarse collaborazioni da parte di molti portatori di interessi - e se a ciò aggiungiamo le ripetute rassicurazioni esplicitate dall'Amministratore Delegato nei confronti del Sindacato e dei Colleghi



Piazza e Palazzo Salimbeni, Siena

Foto di Carlo Magni



Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

nei momenti topici della vita aziendale, rassicurazioni indirizzate a convalidare la vocazione commerciale, l'insediamento territoriale e la tutela del marchio storico del Monte, si comprende bene come l'espressione utilizzata da Giorgetti strida pesantemente con quanto sopra richiamato.

Sarà un caso? Si tratta di semplice disattenzione lessicale, di relativa o scarsa conoscenza delle dinamiche legate alla banca più antica del mondo, oppure oggi il Governo - "che le idee le ha", ha detto ancora il Ministro - intende sostanzialmente abdicare al ruolo di azionista di riferimento, senza un programma condiviso e partecipato, come invece era stato promesso durante le campagne elettorali e la propaganda mediatica dalle forze politiche a cui egli fa riferimento, con ciò destando non poche preoccupazioni nelle Lavoratrici e nei Lavoratori di BMPS?

Nel frattempo, l'Amministratore Delegato di Montepaschi, Luigi Lovaglio, incalzato sullo stesso argomento dalle Organizzazioni Sindacali, in un incontro tenutosi lo scorso 30 maggio ha affermato - facendo peraltro riferimento ad una intervista rilasciata lo stesso giorno su "Repubblica" - che per i suoi 550 anni di storia "il Monte dei Paschi deve partecipare con un ruolo importante alla costruzione di quel terzo polo bancario domestico di cui si sta parlando da tempo".



Siena - Foto di Carlo Magni

Cosa significhi esattamente avere un "ruolo importante" non è al momento del tutto chiaro, in quanto l'espressione si presta a molteplici e criptiche interpretazioni.

Secondo la UILCA, il Monte dei Paschi dovrà continuare ad essere protagonista delle scelte strategiche riguardanti il proprio futuro, con l'obiettivo di salvaguardare l'integrità del gruppo e delle sue attività, l'insediamento geografico e il valore del marchio, oltre alle complessive condizioni economiche, professionali e normative dei Dipendenti.

Questi sono gli unici, inderogabili presupposti, sui quali sarà possibile fondare una qualsivoglia ipotesi di evoluzione e di prospettiva per la Banca, sempreché non si scelga la strada della contrapposizione fra i diversi stakeholders, strada che tuttavia non ha mai portato molto lontano, come peraltro dimostrano le vicende del recente passato.





Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

Dopo le dichiarazioni di Lovaglio, le "solite" realtà creditizie chiamate in causa - a dire il vero, più dai media che dai livelli istituzionali - **hanno fatto a gara per sfilarsi dalla "partita della fusione", dimostrando che il cosiddetto "risiko bancario" è ancora oggi un gioco a cui partecipano in maniera prevalente analisti, economisti, specialisti e commentatori della carta stampata e territori limitrofi, e quasi mai, o assolutamente mai, i diretti interessati, i quali, al massimo, smentiscono, quando la questione appare leggermente plausibile.** In attesa, magari, di iniziare a parlare concretamente - e riservatamente - della questione, nel momento in cui ciò dovesse risultare opportuno o conveniente.



Siena - Foto di Carlo Magni

La strada per conferire dignità al Monte, così da rafforzarlo e renderlo paritetico all'interno di un ipotetico tavolo di trattativa, di fronte ad un altrettanto ipotetico interlocutore, sembrerebbe al momento tutta in salita. Ma ciò che in questo contesto stona in maniera evidente è l'appellativo di "preda ambita" sopra richiamato, cui l'auspicio dell'AD verso un indefinito e generico "ruolo importante" per BMPS, non riesce a restituire alla stessa la giusta dimensione nel contesto creditizio attuale.



Siena - Foto di Carlo Magni

Che sia ambita o meno, una preda è sempre una preda, ma la storia della Banca e dei suoi Dipendenti ci parla piuttosto della volontà di continuare ad essere artefici del proprio destino.



UN ALTRO

**MOTIVO
PER
SCEGLIERCI**

Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te
ALLUVIONE IN EMILIA- ROMAGNA: IL RACCONTO DI CHI LA VIVE DA VICINO
**LE TESTIMONIANZE DI MARCELLO BORGHETTI, SEGRETARIO GENERALE UIL EMILIA-ROMAGNA
E RENATO CESTARO, SEGRETARIO REGIONALE UILCA EMILIA-ROMAGNA, RSA E COLLEGA MPS**

Care amiche e cari amici, sono Marcello Borghetti, da pochi giorni Segretario Generale UIL dell'Emilia-Romagna. Sono cittadino del cesenate ed ho assistito al disastro dell'alluvione che ha colpito la Romagna e altre zone di regioni a noi vicine.

Ho conosciuto tante persone con le quali a fine giornata ci si salutava con un "ciao e grazie, magari ci si rivede". Abbiamo spalato fango, raccolto secchi di acqua e fango, facendo catene umane per trasportarli, e poi abbiamo svuotato le case distrutte. Abbiamo visto lo sconforto negli occhi delle persone che si sono viste strappare via, improvvisamente, le loro case, i loro mobili, i ricordi di

una vita. **Tanti cittadini, tanti imprenditori, hanno perso tutto**, le campagne e l'agricoltura in molti casi hanno subito danni irreversibili. Questo disastro è solo agli inizi e le sue conseguenze molto insidiose rimangono un problema enorme da gestire nel prossimo futuro. Noi della UIL ci porteremo nel



cuore il ricordo dei momenti di collaborazione e solidarietà e con questo spirito, abbiamo cercato di dare una mano fin dai primi giorni, e tuttora stiamo collaborando alla compilazione delle domande per la richiesta dei risarcimenti. **Siamo consapevoli che servono l'impegno e la solidarietà di tutti per gestire questa emergenza, ma determinati a rivendicare che i danni enormi devono essere sanati con una ricostruzione finanziata dal Governo, attraverso le istituzioni e la politica. Ci aspettiamo rapidamente anche negli aiuti che dovrebbero arri-**



Non ci aspettavamo, per quanto preannunciato, che potesse capitare un disastro di tale portata. Sono morte delle persone, c'è una tragedia dal punto di vista umano e ambientale; le colline franate, tante zone residenziali e produttive devastate, con gravissimi problemi.

In quei giorni così drammatici, ancora segretario della UIL di Cesena, insieme ai miei colleghi, ci siamo subito impegnati per aiutare i nostri concittadini colpiti dal disastro, lavorando nelle case e sulle strade, insieme a tantissimi volontari. Mi

hanno seguito anche mio figlio e alcuni suoi amici. C'erano tantissimi giovani, il cui entusiasmo ha davvero impressionato e dato una speranza anche in questa situazione così complicata. Vederli in prima fila per aiutare le persone in difficoltà, instancabili, sporchi di fango, ma con il sorriso della generosità sul volto, è stato motivo di tanta emozione per tutta la comunità. **I giovani hanno cuore, perché non sono stati ancora contaminati dalla cecità di un progresso divoratore di persone e ambiente.**



Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

vare dall'Unione Europea. Molti politici hanno espresso solidarietà e promesso impegno, ma spesso prevalgono le polemiche politiche. Auspichiamo che la classe politica adotti lo spirito costruttivo dei volontari e dei cittadini, perché gli aiuti servono adesso e le persone che hanno perso le loro case, arredi, beni e mezzi, con danni sul loro lavoro, non possono farcela ad attendere i tempi biblici della burocrazia e hanno bisogno di soluzioni immediate.

La UIL, la CGIL e la CISL hanno avviato una raccolta fondi per attivare iniziative di aiuto sui territori colpiti a beneficio dei cittadini, cercando di fare quello che il Sindacato, e per quanto ci riguarda la UIL, cerca di fare sempre: stare vicino alle persone che hanno bisogno, con la solidarietà e le azioni concrete.

Nei nostri territori c'è la voglia di ricostruire il prima possibile tutto quello che è andato perso, i cittadini dell'Emilia-Romagna sono orgogliosi e non si arrendono e come tante persone in tutta Italia, sono pronti a rimboccarsi le maniche e lavorare tutti insieme per il territorio, per i vicini e per il futuro.

Questa raccolta fondi, soprattutto in queste fasi iniziali, potrebbe consentire di attivare alcune misure di aiuto al territorio, in supporto agli aiuti di Stato, che scontano tempi e percorsi burocratici lunghi.

Vi chiedo di supportare l'iniziativa dei sindacati confederali e di cercare di divulgarla e diffonderla, per aiutarci ad aiutare, per esprimere nel concreto la nostra e la vostra solidarietà.

In rappresentanza della UIL Emilia-Romagna, vi ringrazio fin da ora per l'aiuto che riuscirete a dare ai cittadini della nostra regione.

Marcello Borghetti



Renato Cestaro

Sono passate tre settimane circa da quel 17 maggio.

Tre settimane che nessuno dimenticherà mai e in special modo che ogni donna e uomo emiliano e romagnolo non potranno mai dimenticare.

Questa è la storia che si ripete e sono disastri naturali che tornano.

Stavolta è stata colpita la regione Emilia-Romagna, insieme ai territori vicini delle Marche

Quelle immagini e quei momenti sono ancora stampati davanti agli occhi e nella testa, ogni singolo secondo delle nostre giornate; la forza di volontà per salvare il salvabile ha dovuto prendere il sopravvento sulla stanchezza e la paura di non potercela fare.

E il dopo non spaventa mai. Pur di tornare a rimettere piede in casa propria, ogni cittadino emiliano ci sta mettendo l'anima.

La forza dirompente dell'acqua che esce dagli argini e travolge tutto ciò che incontra, interrom-



Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

pendo la quiete di quei paesi che non potevano di certo immaginare di ritrovarsi sommersi in pochi attimi. Acqua che, inondando le campagne, porta via in un attimo i sogni e le speranze di poter finalmente iniziare a stare sereni dopo alcuni anni in cui la serenità ci era stata tolta.

E invece no. La paura rimane, è lì in agguato, non sparisce in un attimo.

I canali, i fiumi, le montagne, le strade sono ancora lì...la via da percorrere per sistemare tutto lo strazio che c'è ancora intorno sarà lunga e tortuosa, ma siamo tutti ancora qua, pronti per l'ennesimo riscatto e per andarci a conquistare tutta la sicurezza che meritiamo.

È di questi giorni l'anniversario del terremoto del 2012 che, in una notte di maggio, sconvolse la regione Emilia-Romagna portando morte e distruzione. Da poco tempo erano state sistemate le ultime strutture che allora subirono quei danni.

Stavolta in regione sono stati colpiti tutti. La Romagna in modo particolare più della stessa Emilia. Ci sono paesi dove l'acqua si sta ritirando solo ora e dove adesso subentra l'emergenza sanitaria correlata; ci sono fiumi che, rompendo gli argini, hanno deviato il loro corso e il loro alveo naturale; ci sono strade di montagna che sono state spazzate via dalle frane e decine di smottamenti del terreno solamente sui colli bolognesi che saranno ancora da monitorare per lungo tempo.

Ma gli emiliani sono così, sono già pronti a ricostruire un'altra volta e la comunità anche stavolta si è unita per il bene di tutti. In molti sono accorsi da tutta Italia per aiutare e collaborare con la Protezione Civile per tornare a dare un briciolo di umanità e di speranza a chi l'aveva persa. E improvvisamente, ancora una volta, tra le persone comuni incontri nuovi amici vicino a te, disposti a darti una mano nel momento della disperazione. Loro sono diventati la spalla su cui appoggiarsi e andare avanti.

Anche la Uilca Emilia-Romagna è voluta stare vicino a tutte le cittadine e i cittadini che hanno subito enormi disagi. Un gruppo di volontarie e volontari si è unito in quei giorni, scendendo a più riprese nei luoghi dei disastri per aiutare la gente colpita dall'alluvione, portando con sé non solo generi alimentari e vestiario, ma soprattutto tute, pale e stivali e tutto il necessario per aiutare la popolazione a ripartire.

La Riviera romagnola è ora già pronta per riaprire la stagione balneare. Le spiagge, dove prima c'era la distruzione, sono tornate a essere affollate come gli altri anni.

I divieti di balneazione sono rimasti circoscritti sono ad alcuni piccolissimi tratti dove l'acqua risulta essere ancora contaminata dai carichi di fango trascinati a mare.

Bisogna però essere onesti e fare una riflessione profonda.

Anche tanti anni fa i fiumi uscivano dagli argini, ma solo dopo intere settimane di pioggia intensa, mentre oggi bastano pochi giorni e siamo già sott'acqua o preoccupatissimi di andarci.

Ci viene detto da tutti che, un tempo pioveva regolarmente e il terreno era preparato a drenare l'acqua; oggi invece piove molto meno e la terra è secca e non assorbe come una volta.

Io di sicuro non sono un esperto, ma da che mondo e mondo la terra è terra e l'acqua è acqua.



Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

**SOLIDARIETA
PER LE POPOLAZIONI
COINVOLTE DALL'ALLUVIONE
IN EMILIA ROMAGNA
E NELLE MARCHE**

CONTRIBUISCI AL FONDO DESTINATO ALLE POPOLAZIONI DELLE ZONE COLPITE DALL'ALLUVIONE DELL'EMILIA ROMAGNA E DELLE MARCHE

PER DONAZIONI: **SOLIDARIETA' POPOLAZIONI ALLUVIONATE
EMILIA ROMAGNA E MARCHE**
 INSTAZIONE: **CGIL CISL UIL**
 IBAN: **IT26U0103003201000005800010**
 BIC: **PASCITMIRM1** CAUSALE: "EMERGENZA ALLUVIONE"

Bisogna smetterla di raccontare le favole; basta guardarci intorno per trovare tutte le risposte.

Attenzione, non sto parlando di "complotti climatici", ma credo fermamente che questa sia di sicuro una questione politica.

Onestamente, quando vado in giro in bicicletta per le campagne e i percorsi tracciati lungo i nostri fiumi, li vedo pieni di piccole foreste sui loro alvei.

Tutti continuano a dire che non ci sono i soldi per tenerli puliti. E allora cosa le paghiamo a fare le tasse (e non poche...) se non anche per tenere puliti i fiumi, oltre che per tutte le altre necessità sociali di cui abbiamo bisogno?

Io credo che la colpa sia però anche di un mondo oramai "asfaltato". Dove i terreni sono sempre meno, l'agricoltura sta scomparendo in quei Comuni che lasciano edificare quasi ovunque pur di ottenere oneri di urbanizzazione per andare avanti.

Ci sono terreni che nascono pericolosi e lo saranno sempre. Inutile edificare laddove la natura dice di non farlo. I fossi stanno scomparendo come animali in via d'estinzione, anch'essi tombati o proprio coperti del tutto.

Nella mia Bologna (e non solo lì) intere e ampie zone vanno sott'acqua di colpo e si impone ai proprietari e abitanti di ripristinare tutto come prima, come se fosse colpa loro se il canale sotto la città non regge le portate d'acqua ed esce fuori con un'allarmante facilità.

Eppure continuiamo a dirci che siamo nel Terzo Millennio, che abbiamo tanta tecnologia e strumenti per calcolare e prevenire tutto.

Spero che chi sa e chi ha il compito - grazie a noi che li votiamo - di migliorare la nostra vita, tenga conto di queste esperienze che continuano a reiterarsi sempre più spesso ormai. Fermiamoci tutti a riflettere e pensare che abbiamo dei figli e che a loro dobbiamo donare un mondo migliore, più verde, meno inquinato, ambientalmente sano, spiegando loro che le verità e le soluzioni ai problemi non sono solo dentro i loro telefonini, ma in ciò che il nostro pensiero ci porterà saggiamente a fare.

Ecco, solo in quel caso, potrò finalmente essere orgoglioso di dire: coraggio Emilia-Romagna, ora davvero non sei sola e non dovrai più avere paura!

Renato Cestaro



Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

UOMO/DONNA - UN'ALTERNATIVA DA RIPENSARE

Di Vanna Failli, Referente Commissione Pari Opportunità UIL-Bari/BAT per la Uilca Bari/BAT



La popolazione transessuale e transgender, a differenza di quella omo/bisessuale, molto spesso non può scegliere di rendere invisibile la propria identità di genere, ad esempio perché i documenti non rispecchiano il genere di elezione, o perché il percorso di transizione comporta dei cambiamenti visibili (la voce, a volte anche l'aspetto fisico in costante mutamento, sia per i tempi terapeutici delle

terapie ormonali che per le lunghe liste di attesa per gli interventi chirurgici). Tale ragione rende le persone trans più vulnerabili in un mercato del lavoro già reso meno accessibile dalla crisi economica.

Il presente approfondimento focalizza quindi l'attenzione sulle buone prassi da mettere in pratica, al fine di promuovere una miglior integrazione e accoglienza delle persone transgender e transessuali nel contesto lavorativo.

Da un punto di vista organizzativo, non si tratta solo di rafforzare le competenze delle risorse umane per la programmazione delle attività, ma anche e soprattutto di costruire procedure amministrative e ambienti lavorativi in grado di garantire efficaci sistemi di gestione e di partecipazione nei diversi ambiti di policy.

Bisogna intraprendere tutte quelle azioni che riguardano il miglioramento delle condizioni lavorative, prevedendo la revisione dei codici etici aziendali, includendo esplicitamente le specificità dell'orientamento sessuale e dell'identità di genere; la redazione di linee guida inerenti i rapporti sul luogo di lavoro (tra dipendenti, tra dipendenti e datore/datrice di lavoro, tra dipendenti e utenza, tra azienda e fornitori) e di raccomandazioni in merito a come rendere la propria mansione attenta alle diversità che possono essere proprie sia di chi lavora che dell'utenza; le forme di tutela sul luogo di lavoro che includono la collaborazione con i sindacati, le ispezioni nelle aziende, i programmi di lotta alle discriminazioni e le campagne di sensibilizzazione.

Per poter attuare in maniera efficace tali politiche è necessario il coinvolgimento delle parti datoriali e sindacali, l'assunzione di responsabilità da parte della dirigenza dell'azienda (o dell'amministrazione pubblica) e la definizione di sanzioni in caso di atteggiamento omofobico o transfobico.

Nel prossimo contratto collettivo l'obiettivo è quello di aprire una nuova ERA, in cui ufficialmente inizieremo a parlare di pari opportunità che vanno ben oltre il garantire le quote rosa per accedere ad eventuali agevolazioni europee.





Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

Le persone lesbiche, gay, bisessuali e transgender, raccolte nell'acronimo LGBTQIA+, hanno gli stessi diritti di tutela e di ricoprire ruoli apicali nel rispetto delle proprie capacità ed attitudini, così come i colleghi eterosessuali.

Con la nuova piattaforma contrattuale, cercheremo di indirizzare le politiche sanitarie, assistenziali e lavorative nella direzione della promozione ad un ambiente lavorativo più sano e responsabile: in altre parole, cercheremo di concordare azioni concrete finalizzate al benessere di tutti i lavoratori: si proporranno una Commissione "PARI OPPORTUNITA", l'adozione di una policy di parità di genere al fine di ridurre

sempre più il gender pay gap, congedi per le vittime di violenza.

La salute viene definita nella Costituzione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) come stato di completo benessere fisico, psichico e sociale e non semplice assenza di malattia, inoltre la sua tutela viene considerata un diritto e come tale si pone alla base di tutti gli altri diritti fondamentali che spettano alle persone.

Come tutti i diritti, va inseguita e ricercata in base al momento storico in cui ci troviamo, dal momento che i bisogni cambiano velocemente e radicalmente.

La definizione di salute proposta dall'OMS è molto interessante e impegnativa; la sua traduzione in termini operativi e soprattutto in azioni ha sempre suscitato importanti riflessioni. Il carattere utopistico di tale definizione è molto chiaro e condivisibile, in quanto descrive una situazione di completa soddisfazione e felicità che forse non può essere mai raggiunta, ma certamente può essere vissuta come obiettivo. Occorre aggiungere che la salute non può essere considerata uno stato, ma piuttosto un processo permanente nel ricercare un equilibrio dinamico di tutti i fattori che compongono la vita umana, tra cui la vita lavorativa; tutti questi fattori sono al servizio della persona perché trovi la forza di vivere serenamente e trovi la forza di essere libera, aperta e creativa di fronte alle diverse situazioni che dovrà affrontare. Solo così potrà raggiungere il benessere individuale e comunitario.

Quando il raggiungimento della salute e del benessere non coinvolge tutte le peculiarità della persona umana, la vita di relazioni, la sessualità, il lavoro, l'alimentazione e così via, si corre il rischio di medicalizzare la salute, impoverendola della sua complessità e delle proprie capacità relazionali. Un ambiente più sano e confortevole con un bilanciamento dello stress cucito ad personam in base alla sopportazione del carico lavorativo sarebbe un beneficio universale.

Ogni essere umano deve poter vivere e comunicare la propria espressione di genere all'interno dei diversi ambienti socio-culturali e lavorativi, con libertà e serenità, premesse indispen-





Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

sabili per una condizione di salute e benessere, in particolare in un contesto transculturale e multietnico.

La salute, come evidenziato dall'articolo 32 della Costituzione, ha una dimensione collettiva che vede la partecipazione piena di tutte le persone, con le loro scelte sessuali, culturali, le loro emozioni e i loro sentimenti. Una salute collettiva per cui occorre lottare, contrastando tutte quelle condizioni economiche, culturali e discriminatorie che ne impediscano il pieno raggiungimento.

È bene ricordare ancora che l'articolo 3 sottolinea che "Tutti i cittadini hanno pari dignità sociale e sono eguali davanti alla legge, senza distinzione di sesso, di razza, di lingua, di religione, di opinioni politiche, di condizioni personali e sociali".

In passato, molto spesso la propria espressione di genere non veniva accettata quando era percepita come incompatibile con i diversi ruoli di genere imposti e attesi socialmente. Questo ha determinato troppe volte una grave sofferenza. Oggi nella realtà quotidiana, ci rendiamo conto che le diverse pluralità affettive hanno bisogno di un pieno riconoscimento e accoglienza che vivifichi la nostra comunità umana.

Ci si chiederà come sia possibile che, con il moltiplicarsi di fonti e occasioni d'informazione scientificamente corrette, accada ancora di registrare situazioni di discriminazione. Secondo i dati ufficiali Istat del 2012, oltre il 40% delle persone omosessuali dichiara di essere discriminato nel mondo del lavoro, mentre ad oggi non si rivelano dati ufficiali per la popolazione transessuale.

Ivan Illich afferma che nell'Homo sapiens, "sano" è un aggettivo che qualifica azioni culturali, etiche e politiche. Almeno in parte la salute di una persona, e quindi di un popolo, dipende dal modo in cui la cultura, la politica e la società condizionano l'ambiente e creano quelle circostanze che favoriscono in tutti e specialmente nei più deboli la fiducia in sé stessi, l'autonomia, la dignità di esseri umani. Di conseguenza, la salute tocca i suoi livelli ottimali là dove l'ambiente genera nelle persone la capacità di far fronte alla vita in modo autonomo e responsabile.

CASSA MUTUA MPS: I VANTAGGI DI ESSERE SOCI

- **Rilascio di garanzie sussidiarie per sovvenzioni in convenzione erogate da Banca MPS S.P.A.**
- **Sussidi e agevolazioni per motivi assistenziali e solidaristici**
- **Convenzioni esclusive: polizze, viaggi, immobili, ...**
- **Contributi diploma, laurea Associato**
- **Contributi conseguimento titoli di studio per i figli degli Associati**

VISITA IL SITO <https://www.cassamutuamps.it>

per iscriverti o avere maggiori informazioni



Giugno 2023

*Il nostro nuovo mensile pensato per te***VIVERE A COLORI : PER LE PERSONE, PER I DIRITTI, PER IL FUTURO**

Intervista a Marilena Pintore, Presidente Associazione Vivere a Colori Sardegna e Responsabile del Centro di Ascolto Antiviolenza, Mobbing e Stalking UIL Sardegna

A cura di Siria Boccalini

La chiamano "la malattia del secolo" e purtroppo i numeri non smentiscono questa affermazione.

Dai dati AIRC, le diagnosi di carcinoma nel 2022 hanno registrato un forte aumento rispetto al 2020: 1,4% negli uomini e 0,7% nelle donne, arrivando a 391.000 casi registrati in Italia, contro i circa 377.000 di due anni prima.

Lo afferma il rapporto "I numeri del cancro 2022", che tra le cause, oltre all'invecchiamento progressivo della popolazione, individua il mancato accesso agli screening di prevenzione durante la pandemia. Oramai è scientificamente accertato che una diagnosi precoce può incidere fortemente sulle possibilità di guarigione e sopravvivenza, grazie alle nuove cure disponibili che sono notevolmente

più efficaci sui carcinomi di recente formazione.

La prevenzione quindi, al pari della ricerca e dell'accesso alle cure, è VITA ed è un'opportunità che va garantita a tutti.

Strutture sani-

tarie facilmente raggiungibili e accessibili, con le giuste tecnologie e i reparti funzionanti, possono fare la differenza nel percorso che i malati oncologici devono affrontare, consentendogli di curarsi senza stravolgere la propria vita o quella dei propri familiari.



È proprio sul diritto di accesso alle cure e alla prevenzione e sul mantenimento dei presidi ospedalieri di prossimità che si batte l'Associazione "Vivere a Colori Sardegna", rappresentata dalla Presidente Marilena Pintore, che da diversi anni è anche la Responsabile del

Centro di Ascolto antiviolenza, mobbing e stalking UIL Sardegna. Una vita dedicata alla lotta per i diritti dei cittadini e delle persone, stando sempre dalla parte di quelle più vulnerabili. Come sei arrivata, nel tuo percorso di sindacalista, paziente e volontaria, all'idea di creare l'Associazione ?

Fare un resoconto di questi anni per me è difficilissimo. Tutti abbiamo vissuto anni diversi: di pandemia, di lockdown, di smart working, che hanno condizionato tutti i sistemi sociali e i rapporti umani di conseguenza. L'emergenza socio-sanitaria ha stravolto anche il modo di fare sin-





Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

dacato. Personalmente ho vissuto anni di grande cambiamento anche della mia vita personale con la comparsa della malattia, della grave patologia, del cancro. Ho dovuto frenare l'entusiasmo del mio carattere a causa delle dure e pesanti terapie, la chemioterapia in particolare. Ho dovuto arrendermi ad un nuovo modo di fare la sindacalista.

Vi vorrei parlare del lato umano del sindacato piuttosto che di quello tecnico e politico.

Non è certo per impietosire nessuno, per trovare scusanti ai protocolli non seguiti, no proprio al contrario!

Voglio parlarvi della forza, del coraggio e della passione che una dirigente sindacale può mettere in campo anche da malata, quando si trova a gestire un grave problema di salute.

Ormai da anni sono la responsabile di un servizio, di uno sportello che si occupa di mobbing e stalking contro tutte le violenze, non mi sono mai fermata, non ci siamo fermati. Abbiamo parlato ore ed ore al telefono e siamo usciti quando è stato necessario per tutti i casi di violenza. Abbiamo offerto sostegno, supporto a tutti quelli che si sono trovati a lottare per avere assicurate le cure. È proprio dalla necessità di tutelare il diritto di accesso alle cure che è nata l'idea dell'associazione.

Con L'Associazione Vivere a colori la battaglia si sposta su un ambito particolarmente delicato, quello dei diritti sanitari, dell'accesso alle cure e alle terapie "salva-vita". Come sei riuscita a conciliare la tua attività di sindacalista con quella di Presidente dell'Associazione?

Potrebbe sembrare che il ruolo di Presidente di un'associazione di volontariato sia incompatibile con il ruolo di dirigente sindacale, ma vi garantisco che non lo è.

È una forma di volontariato parallela a quella dei centri d'ascolto, che svolgo senza nessun riconoscimento economico, quindi volontariato puro che avvicina la gente, le comunità al sindacato, quel sindacato dei cittadini che si chiama "UIL".

Quel sindacato che mette a disposizione di chi soffre (donne, uomini, bambini, anziani, lavoratori e pensionati) le proprie risorse.

Sostengo che la negazione del diritto alla salute, alle cure, sia una grave forma di "violenza" che può portare anche alla morte.





Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

Per questo mi sono spesa, impegnata ogni giorno trasformando la sofferenza causata dalla malattia in una forza, una grande forza! Sarebbe impossibile raccontare le emozioni, la vicinanza, la solidarietà che sono riuscita a dare e ricevere avvicinando le persone "malate" ai servizi della nostra organizzazione sindacale, in particolare al patronato ed al CAF delle UIL di Nuoro, che ringrazio per la collaborazione ed il supporto anche durante il Covid-19.



Più in generale, i malati dell'associazione Vivere a Colori Sardegna, che conta migliaia di iscritti, grazie al Patronato ed al CAF sono riusciti a vedere riconosciuti i diritti della pensione, dell'assegno di invalidità, di accompagnamento e così via.

Vivere a Colori la scorsa estate è stata in piazza a Nuoro con oltre 3.000 persone per una fiaccolata sul diritto alla salute. Cosa puoi dire a chi si sente solo, all'angolo, perché combatte una "battaglia" per la vita o è vittima di violenza e soprusi?

In questi 40 anni di militanza sindacale, di appartenenza esclusiva alla UIL senza mai avere dubbi o ripensamenti mi sono occupata ed ho seguito vertenze di lavoro, casi di mobbing e violenze di cui i risultati si toccano con mano, si possono raccontare e scrivere. Il risultato del mio impegno emotivo in questo lungo percorso, invece, non è così palese, tocca la sfera umana e quella sensibilità della donna sindacalista di cui poco si parla.



Io non posso e non riesco ad aiutare e supportare le persone solo da dietro un computer o da una scrivania. Quando scendo in piazza, tra la gente e per la gente, raccolgo tutti in un caldo abbraccio, a volte anche in silenzio, quel silenzio assordante che dice più di mille parole. Con l'Associazione Vivere a Colori Sardegna abbiamo scelto di mettere insieme tutte le risorse di chi, come noi, vive quotidianamente le criticità che sono comuni alla persone e ai "pazienti" della nostra Regione, in questo caso le carenze della sanità.

La luce di quelle fiaccole nel nostro cuore resterà quindi sempre accesa, fino a che ci saranno diritti e persone da difendere o ideali per cui lottare. Nella consapevolezza che se ci muoviamo insieme siamo più forti e, soprattutto, non siamo soli.



Giugno 2023

*Il nostro nuovo mensile pensato per te***UNA MANO PER GLI ALTRI***Rubrica a cura di Tiziana Blasilli***ASSOCIAZIONE NU BAI - DUE DONNE UNITE IN UN PROGETTO ITALIANO
DI VOLONTARIATO A CAPO VERDE**

Nu Bai è una associazione no profit che nasce nel 2012 a Capo Verde dall'impegno di due giovani donne italiane, Gaia Scalabroni, la presidente, ed Elena Musso, la vicepresidente, che hanno deciso di dedicare la loro vita al volontariato appoggiandosi alle istituzioni locali in particolar modo agli assistenti sociali, al municipio ed alla Caritas, oltre che al settore riqualificazione della prigione di Sal.

L'attività principale dell'associazione consiste nel supportare lo studio dei bambini e ragazzi appartenenti a famiglie disagiate. Si è riscontrato che il tasso di abbandono più alto si ha dopo la scuola dell'obbligo, per cui Nu Bai focalizza la maggior parte delle sue risorse economiche all'assegnazione di borse di studio per gli studenti del liceo. I ragazzi a cui viene concessa la borsa di studio vengono scelti dai servizi sociali insieme al ministero dell'educazione, vengono fatte delle liste di priorità, a quelli che sono primi in lista viene fornita una borsa di studio completa, corredata di tutto il materiale per affrontare l'anno scolastico, dallo zaino ai quaderni, compresa l'uniforme (a Capo Verde le uniformi sono obbligatorie, il ragazzo può anche perdere l'anno se ne è sprovvisto). **Gli studenti a cui è concessa la borsa di studio sono aiutati ad entrare nel mondo del lavoro attraverso stage professionali al termine del percorso di studi.**

L'impatto del progetto secondo gli assistenti sociali ha avuto un importante esito positivo, alzando la media del livello di scolarità e permettendo a molti giovani di proseguire gli studi e di affacciarsi al mondo del lavoro con una preparazione adeguata.

Un'altra iniziativa di Nu Bai è sostenere le giovani donne, facendosi carico dei costi per i loro corsi di formazione e organizzando stage per migliorare la loro posizione nel mondo del lavoro.

Tutto il materiale donato che non può essere utilizzato al liceo o nelle scuole viene utilizzato per il progetto di scolarizzazione nella prigione di Sal, con cui hanno due tipi di progetti: la scolarizzazione dei detenuti, in modo tale che quando escano abbiano un titolo di studio che li aiuti a reintegrarsi nella società, ed un progetto di artigianato, facendo formazione ed indirizzandoli su quella che è la richiesta maggiore da parte del turista, il prodotto più richiesto dal mercato.

Nel periodo del covid è stato difficile approvvigionarsi con il materiale perché sono stati bloccati gli aerei, il cibo arrivava con le barche ed era tutto molto complicato, sono isole che vivono prevalentemente di turismo, l'impatto è stato devastante. Fortunatamente l'anno scolastico era in essere, per cui le borse di studio erano state già state assegnate, ma in quel frangente l'associazione ha ricevuto meno materiale scolastico in donazione.





Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

Quando l'emergenza sanitaria ha allentato la morsa, il turismo ha ripreso immediatamente e ne hanno ricevuto tantissimo.

Nu BAI è una associazione no profit basata sul volontariato, pertanto non esistono né stipendi né rimborsi spese, chi fa volontariato si sostiene grazie a Djunta Mo Art, una catena di 3 negozi di commercio eco solidale, che ha ottenuto il riconoscimento del WFTO (World Fair Trade Organization).

Djunta Mo Art nasce insieme all'associazione Nu Bai, i volontari avevano bisogno di un lavoro che fosse etico ed operasse in parallelo all'associazione, dando una mano all'economia del posto, vendendo solo ed esclusivamente prodotti locali. Questo progetto supporta attualmente 40 artigiani, si trova di tutto, dalla marmellata alla scultura, Djunta Mo Art non paga il progetto, ma paga tutte le spese accessorie.

Nu Bai sta portando avanti con le istituzioni una campagna per il turismo sostenibile, i turisti fanno donazioni liberamente per le strade, entrano nelle scuole e fanno foto con i ragazzi, ci sono tanti bambini che marinano la scuola per andare in giro a chiedere soldi.

Tutti i giorni nelle isole turistiche di Capo Verde centinaia di turisti riempiono i bambini a caso di regali o soldi, scambiano un rispettabile asilo o la sede di un'associazione per un orfanotrofio e ledono la privacy e la dignità di minorenni con foto che poi sistematicamente finiscono su internet, dimenticandosi che i bambini non sono una attrazione turistica.

Dare soldi o regali direttamente ai bambini significa solo insegnargli che chiedere l'elemosina sia meglio che andare a scuola, che sia giusto accettare soldi in cambio di favori. Ultimamente purtroppo è stato riscontrato un incremento della prostituzione e della delinquenza minorile.

In Europa queste situazioni non sarebbero accettate perché la legge tutela i minori, queste stesse leggi esistono anche a Capo Verde e dovrebbero essere rispettate!

L'Associazione ha una pagina Facebook e una pagina Instagram, sulle quali pubblica tutte le iniziative in essere e i progetti in corso di realizzazione.

SCOPRI I PROGETTI E I SERVIZI DELLA UIL

CLICCA SULLE ICONE PER VISITARE I SITI INTERNET DEDICATI





Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te
WELLNESS– UILCANESS Essere UILCA, stare bene
Rubrica a cura di Graziella Ciccù
I "MATTONCINI" DELL'ORGANISMO, LE PROTEINE. COME FUNZIONANO E QUANTE NE SERVONO

a cura di Graziella Ciccù

Fare la spesa nel 2023 sembra davvero una passeggiata di salute girovagando tra i reparti proteici del supermercato, invasi da etichette in cui prima del nome del prodotto deve esserci scritto "HIGH PRO", così il prodotto sarà garanzia di benessere e subito messo nel carrello, senza troppi indugi. Ma l'idea diffusa è che se è proteico, non ci si può sbagliare, è anche sano.

Anche la carne, che era proteica pure prima di questo nuovo marketing alimentare, viene venduta con la scritta "high pro", e allora la si acquista, felici e contenti, così come l'albume, prima non lo consideravano in molti, soprattutto come spuntino, ma potremmo continuare con altri esempi.

Vediamo però per quale motivo funziona l'associazione del termine "proteico" a qualcosa che fa bene. Facciamo un piccolo passo indietro. Più volte, nei vari articoli di questa rubrica, abbiamo parlato dei macronutrienti, proteine, carboidrati e grassi, e di micronutrienti, vitamine e minerali, in quanto fondamentali per il metabolismo, in

considerazione delle funzioni della nutrizione: svolgono un ruolo essenziale nella produzione di energia per il corpo, assicurano la costruzione e il mantenimento dei tessuti e la protezione dell'organismo, rinforzando il sistema immunitario.

Le proteine (o protidi) insieme ai lipidi (o grassi) e ai carboidrati (o zuccheri), svolgono una funzione strutturale (infatti rappresentano i "mattoncini" dell'organismo) ed anche energetica apportando 4 kcal per grammo. Sono presenti sia negli alimenti di origine animale, in maggior parte di alto valore biologico, sia di origine vegetale, di medio o basso valore biologico.



Le proteine, comprese quelle che fanno parte del corpo umano, sono molecole formate dalla combinazione di venti amminoacidi, di cui nove sono definiti "essenziali" perché, se non introdotti con la dieta, l'organismo non è in grado di sintetizzarli. Svolgono numerose funzioni vitali, dalla produzione di ormoni al supporto alla digestione.

Senza una quantità sufficiente di proteine nella dieta, il corpo fa difficoltà a rigenerare i tessuti danneggiati e a mantenere la regolare funzionalità di muscoli e organi. Sembrerebbe che le proteine siano il prodigio della nutrizio-



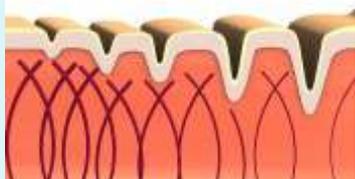
Giugno 2023

Il nostro nuovo mensile pensato per te

ne e che da sole facciano il lavoro duro del mantenimento della funzionalità del corpo. E' vero, in parte, ma le proteine da sole non bastano. Qualsiasi alimentazione deve strutturarsi modulando tutti i macronutrienti e i micronutrienti sulla base del fabbisogno energetico e delle caratteristiche peculiari di ciascun individuo. E' possibile tuttavia massimizzare l'azione delle proteine completando l'apporto amminoacidico di cui sopra. Come? Con l'aggiunta di proteine sotto forma di collagene.

Perché le proteine del collagene?

Immaginiamo il corpo umano come un edificio in cui la parte solida della struttura è costituita dai mattoncini prodotti dalle fonti proteiche tradizionali, pesce, carne



ecc. Affinché la struttura sia robusta e resistente serve la "malta", ovvero il collagene, che non solo permette ai mattoni di aggregarsi in maniera stabile, ma impedisce che possano sfregarsi tra loro ed erodersi creando danneggiamento.

La malta non è certamente più importante dei mattoni, ma senza di essa la struttura corporea sarà più instabile e tenderà ad usurarsi molto prima. Diventa dunque fondamentale il consumo di collagene per riequilibrare l'apporto amminoacidico.

Perché "proteico = sano", lo abbiamo intuito, ma bisogna porre attenzione anche al nostro reale fabbisogno per non eccedere non solo da un punto di vista calorico ma soprattutto per non incorrere in rischi derivanti da un surplus proteico e appesantire reni e fegato.

Quando vediamo esposti i prodotti classificati come proteici, guardiamo bene anche gli in-

gredienti, non compriamoli per moda, ma inquadrando quelle proteine nella giusta misura all'interno di un'alimentazione equilibrata.

La "spesa intelligente", come recita un famoso slogan, fa riferimento al risparmio, noi però riflettiamo sulla salute.

L'ANGOLO DELLA RICETTA SANA

CREMA CAFFE' PROTEICA ALLO YOGURT

A cura di Graziella Ciccù



INGREDIENTI:

- 1 Tazzina di caffè freddo (o 2 se si preferisce un gusto più forte)
- 2 cubetti di ghiaccio
- 300 gr di yogurt greco bianco senza grassi
- Dolcificante o sciroppo d'acero

PROCEDIMENTO:

In un tritagliaccio mettete tutti gli ingredienti e continuate a frullare finché il composto non diventa cremoso.

Servite freddo per non fare smontare la crema.

Potete rendere più golosa la crema con del cacao in polvere o con gocce di cioccolato fondente.



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

VISITA IL NOSTRO SITO INTERNET:

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

SEGUICI SULLA NOSTRA PAGINA FACEBOOK: UILCA Gruppo MPS

In questo numero

IL PUNTO DELLA SITUAZIONE L'AMBIZIONE DI NON ESSERE PREDA Di Carlo Magni	1-2-3
ALLUVIONE IN EMILIA-ROMAGNA: IL RACCONTO DI CHI LA VIVE DA VICINO Le testimonianze di Marcello Borghetti, Segretario Generale UIL Emilia-Romagna e Renato Cestaro, Segretario Regionale UILCA Emilia-Romagna, RSA e collega MPS	4-5-6-7
UOMO/DONNA - Un'alternativa da ripensare Di Vanna Failli, Referente Commissione Pari Opportunità UIL-Bari/BAT per la Uilca Bari/BAT	8-9-10
VIVERE A COLORI : PER LE PERSONE, PER I DIRITTI, PER IL FUTURO Intervista a Marilena Pintore, Presidente Associazione Vivere a Colori Sardegna e Responsabile del Centro di Ascolto Antiviolenza, Mobbing e Stalking UIL Sardegna A cura di Siria Bocalini	11-12-13
UNA MANO PER GLI ALTRI ASSOCIAZIONE NU BAI - DUE DONNE UNITE IN UN PROGETTO ITALIANO DI VOLONTARIATO A CAPO VERDE Di Tiziana Blasilli	14-15
WELLNESS-UILCANESS Essere UILCA, stare bene I "MATTONCINI" DELL'ORGANISMO, LE PROTEINE. COME FUNZIONANO E QUANTE NE SERVONO Di Graziella Ciccù	16-17
L'ANGOLO DELLA RICETTA SANA CREMA CAFFE' PROTEICA ALLO YOGURT Di Graziella Ciccù	17