

Marzo 2022

**MENSILE
A CURA DEL TEAM
COMUNICAZIONE
UILCA GRUPPO MPS**
Siria Boccalini
Tiziana Blasilli
Graziella Ciccù
Paolo Fongaro
Maria Chiara Milanese
Annalisa Pancione
Paolo Panzacchi
Lucia Rinaldi

RUBRICHE

- **IL PUNTO DELLA SITUAZIONE**
a cura di Carlo Magni
- **FUORI DAI LIMITI**
a cura di Siria Boccalini
- **ESSERE SINDACATO OGGI**
a cura di Federico Fanani
- **WELFARE IN CONFETTI**
a cura di M. Chiara Milanese
- **WELLNESS UILCANESS**
a cura di Graziella Ciccù
- **DAI NUMERI ALLE PAROLE**
a cura di Paolo Panzacchi
- **LEGI-PENSANDO**
a cura Annalisa Pancione

**NEWS: FIRMATO ARTICOLA-
TO DEL CCNL E AVVIATA INI-
ZIATIVA PROSOLIDAR A FA-
VORE DELLA POPOLAZIONE
UCRAINA**

**Partecipa anche tu
con la Rubrica:**

"La mia pagina" !

**Vuoi proporre un ar-
ticolo, farci una do-
manda o raccontare
la tua storia? Contat-
taci all'email**

uilca.mps@uilca.it

**UN ALTRO****MOTIVO
PER
SCEGLIERCI**

Il nostro nuovo mensile pensato per te

IL PUNTO DELLA SITUAZIONE

Rubrica a cura di Carlo Magni - Segretario Resp. UILCA Gruppo e Banca MPS



Si è svolto dal 16 al 18 Marzo il Consiglio Nazionale UILCA, che ha avviato la fase congressuale per la nostra categoria.

Quello del Congresso sarà un momento di sintesi, riflessione, ma soprattutto di programmazione per il futuro. Intendiamo affrontare questa fase con grande partecipazione e, per quello che ci riguarda come UILCA Gruppo e Banca MPS, con grande senso di responsabilità, guardando soprattutto al rinnovamento, al presidio territoriale e alla ottimizzazione delle scelte avviate

durante la precedente stagione congressuale. Essere protagonisti è importante, come Sindacato possiamo e dobbiamo essere centrali, ma ancora più importante è elaborare proposte e indirizzi di lavoro che individuino nuove soluzioni all'altezza delle sfide che ci attendono nel prossimo futuro.

Il Consiglio Nazionale ha visto la partecipazione di Pierpaolo Bombardieri, Segretario Generale della UIL, e ha contato su importanti contributi e approfondimenti sul nostro settore da parte del Segretario della UILCA, Fulvio Furlan, e di altri ospiti e delegati. Nel corso dell'evento, in particolar modo nell'intervento di Pierpaolo Bombardieri a conclusione del primo giorno di lavori, sono stati affrontati diversi temi legati all'attualità: la guerra in Ucraina, la crisi economica, italiana ed internazionale, la situazione del mondo del lavoro, che si sta progressivamente deteriorando per la mancanza di tutele a favore di determinate professionalità.

Sono stati dibattuti anche temi riguardanti il Settore del Credito, con particolare attinenza alla gestione della fase contingente, che pur non essendo più ascrivibile all'emergenzialità, necessita di particolare attenzione e continuo monitoraggio. Il capitolo che è stato maggiormente approfondito è quello legato allo smartworking, attualmente basato sulle nuove disposizioni del decreto governativo, che sono state poi declinate all'interno delle diverse realtà aziendali. In ambito del Consiglio Nazionale, in attesa di una maggiore definizione del tema, sono state enunciate le linee guida che le aziende avrebbero dovuto seguire per ottimizzare l'applicazione di questa materia nel regime attuale.

Per quanto riguarda MPS, crediamo di aver fatto un ottimo lavoro. Partendo da una nuova base normativa che ridimensionava enormemente le garanzie e le tutele vigenti, abbiamo cercato con gli strumenti a nostra disposizione di mantenere, nella misura massima possibile e applicabile, le garanzie nei confronti dei soggetti fragili che il decreto non enuclea e non definisce, nemmeno



**MOTIVO
PER
SCEGLIERCI**

Marzo 2022

Il nostro nuovo mensile pensato per te

con attinenza agli immunodepressi, cercando di applicare non solo l'inserimento di determinate casistiche all'interno della definizione dei fragili, ma soprattutto il riconoscimento dello strumento in ogni ambito professionale della Banca e del Gruppo, senza distinzioni in riferimento all'attività svolta.

La negoziazione sullo smartworking a livello aziendale continuerà. Dopo la codificazione del Protocollo Programmatico, da fine febbraio è stata avviata una trattativa che punterà ad ottimizzare ed ampliare nella misura massima possibile l'applicazione dell'istituto contrattuale, cercando di ottenere un risultato che vada incontro alle esigenze delle lavoratrici e dei lavoratori, estendendone il più possibile l'accesso a tutti gli ambiti aziendali.

Nel mio intervento al Consiglio Nazionale UILCA ho cercato di porre l'accento sulla necessità di creare un turnover all'interno delle nostre strutture. Nella nostra realtà, pur avendo il problema di uno scarso ricambio generazionale dovuto alla forte contrazione delle assunzioni avvenuta negli ultimi anni, ci siamo adoperati per determinare un cambiamento all'interno della Segreteria, anche di tipo anagrafico. Ho sollecitato le "nuove leve" a far sentire la propria voce e ad intervenire, per proporre nuovi indirizzi e nuove idee, stimolando il dibattito e il cambiamento.

Allo stesso tempo ho sottolineato la necessità per il Gruppo Monte dei Paschi di uscire al più presto dallo stato di crisi attuale, attraverso un processo di risanamento che, indipendentemente dal cambiamento del management, sia fondato su un indirizzo strategico e su una pianificazione industriale socialmente sostenibile, all'interno della quale sia previsto non solo un utilizzo concordato e volontario degli ammortizzatori sociali, ma soprattutto politiche di sviluppo professionale, un concreto rilancio della nostra azienda e nuove assunzioni.

Particolare rilevanza ha rivestito la tavola rotonda dedicata al tema delle Politiche Commerciali, che ha visto la partecipazione di importanti figure del mondo sindacale, accademico, politico e giornalistico, tra le quali citiamo la Presidente della Commissione Bilaterale di inchiesta sul sistema bancario e finanziario, Carla Ruocco, che nel corso del dibattito ha sottolineato come i progetti strategici riguardanti l'evoluzione organizzativa degli Istituti di credito debbano basarsi su equilibri di carattere sociale e, soprattutto, su percorsi condivisi in ordine ai quali sia possibile capirne contenuti, indirizzi, metodi e strumenti. Tutto ciò implica, secondo quanto dichiarato dalla Ruocco, che progetti come quello che ha visto una possibile integrazione di un perimetro delle attività produttive del nostro Gruppo da parte di Unicredit, possono avere una loro valenza di tipo industriale, ma non possono essere portati avanti senza una condivisione trasparente con i portatori di interesse, che in questo caso erano in primo luogo lo Stato, azionista di maggioranza, e i dipendenti.

La soluzione infatti, oltre ad essere eccessivamente onerosa per lo Stato, non tutelava la continuità aziendale del Gruppo MPS, i livelli occupazionali e l'esistenza stessa del marchio, che ha un importante valore storico per il nostro Paese. La Presidente ha ribadito che la Commissione continuerà a porre la massima attenzione sull'evoluzione del sistema creditizio domestico, affinché i futuri progetti industriali siano portati avanti nell'interesse di tutti gli stakeholders. Questa posizione ci ha particolarmente confortati perché risponde pienamente alle aspettative sul futuro del Gruppo e della Banca di tutte le lavoratrici e i lavoratori MPS, che auspicano soluzioni di concreto rilancio dell'azienda, che abbiano al contempo una responsabilità sociale, per guardare al loro futuro con maggiore prospettiva e tranquillità.





Marzo 2022

*Il nostro nuovo mensile pensato per te***FUORI DAI LIMITI** *Rubrica a cura di Siria Boccacini*

PROGETTO SUD: IN PRIMA LINEA CON LA UIL PER L'EMERGENZA IN UCRAINA

Intervista a Giovanni Bellissima- Presidente dell'ONG



Progetto Sud è un'Organizzazione non Governativa, senza fini di lucro, nata nel 1984 per volontà della UIL (Unione Italiana del Lavoro). L'organizzazione realizza attività di cooperazione internazionale in vari Paesi del mondo, promuovendo i principi della crescita, dello sviluppo sostenibile, della parità di genere e dell'empowerment femminile, della solidarietà e della cooperazione tra sindacati, della lotta alle disuguaglianze e della tutela dei diritti umani.



Nelle ultime settimane Progetto Sud è in prima linea, insieme ad organizzazioni polacche e romene della società civile, nella campagna di emergenza per l'acquisto e

la consegna di materiali e beni di prima necessità (medicinali, attrezzature paramediche, vestiti, beni per la casa) ai rifugiati di varie etnie provenienti dall'Ucraina.

Abbiamo intervistato il Presidente Giovanni Bellissima, per conoscere insieme a lui i dettagli di questo progetto.

Buongiorno Giovanni e grazie per questa intervista. La UIL e Progetto Sud hanno preso in modo chiaro la propria posizione accanto ai civili e ai rifugiati ucraini. Insieme alla tua squadra gestisci personalmente la consegna dei materiali e dei beni acquistati con le donazioni che arrivano sulla raccolta fondi dedicata all'emergenza Ucraina. Mentre mi scrivi, siete in viaggio con i vostri furgoni per un'altra consegna. Come viene gestita la collaborazione con le associazioni polacche e romene, vostri partner in questo progetto?

Giovanni B.: Oggi, domenica 27 marzo, siamo in viaggio per Przemysl, un paese polacco al confine con l'Ucraina. Siamo arrivati questa sera a Rzeszow, a pochi chilometri dal confine, dove incontreremo il nostro contatto del sindacato ucraino Fpsu-Federation, al quale consegneremo i beni di prima necessità che la stessa organizzazione ci ha richiesto. Trasportiamo medicinali, prodotti sanitari, coperte, lenzuola e altri aiuti.

Nella prima missione, abbiamo consegnato il 6 marzo a Varsavia 2 tonnellate di beni ad una





Marzo 2022

Il nostro nuovo mensile pensato per te

associazione umanitaria polacca che si occupa di dare rifugio ed assistenza ai profughi.

Nella seconda spedizione umanitaria, sempre targata UIL, Progetto Sud ha consegnato il 14 marzo altrettanti beni al sindacato rumeno al confine con la Ucraina, sul versante baia mare Romania .

Questa di fine marzo è la nostra terza consegna: è stata organizzata con la partecipazione dell'Associazione Africa Clan Onlus e promossa da Unione Regionale Emilia Romagna. Stiamo trasportando il materiale acquistato in due furgoni van.

Tutto questo è stato possibile grazie all'enorme solidarietà e ai contributi che molte strutture territoriali e Segreterie Nazionali di categoria della UIL hanno versato nel conto corrente appositamente aperto da Progetto Sud per la raccolta degli aiuti economici per la popolazione ucraina. Queste risorse sono state indispensabili per organizzare questi viaggi di solidarietà.



Il 17 marzo, nel corso del Consiglio Nazionale UILCA, Pierpaolo Bombardieri, Segretario Generale della UIL, ha ribadito la piena solidarietà dell'Organizzazione alla popolazione ucraina e il sostegno alle missioni di aiuti che Progetto Sud sta portando avanti.

Gli stessi temi sono stati affrontati dal Segretario Generale della UILCA, Fulvio Furlan, che nella sua relazione ha confermato il pieno appoggio della nostra categoria alle iniziative in aiuto della popolazione ucraina promosse dalla UIL e da Progetto Sud.



Da sinistra: Pierpaolo Bombardieri Segr. Generale UIL e Fulvio Furlan Segr. Generale UILCA

Giovanni B.: La UIL è una grande organizzazione con una straordinaria sensibilità umanitaria che si trova sempre in prima linea per aiutare chi ha bisogno e difendere i più deboli.

Noi di Progetto Sud siamo onorati di essere stati incaricati dalla UIL ad interpretare, a nome di tutta la confederazione, una campagna di azioni concrete volte ad aiutare chi fugge dalla guerra, evitando la frammentazione delle iniziative.

Siamo sicuri di agire con il favore di tutti gli iscritti della UIL, portando nelle nostre missioni i colori e la solidarietà dei lavoratori e della Confederale tutta.

Siamo consapevoli che uniti siamo più forti e che agire contro le ingiustizie è il nostro primo dovere.

Nei vostri viaggi, quando arrivate al confine per consegnare gli aiuti e incontrate i civili in fuga dalla guerra, cosa leggete nei loro occhi?



Marzo 2022

Il nostro nuovo mensile pensato per te



Giovanni B.: Incrociare lo sguardo spaventato e disorientato delle persone che scappano dalla guerra ci riporta ai nostri più profondi valori e ideali. Difendere chi ha bisogno, agire contro l'ingiustizia e poter dare anche solo un piccolo sollievo a chi soffre ci fa sentire fieri e orgogliosi. Per questo non ci fermeremo.

Quali sono i prossimi progetti che intendete realizzare e come si può dare il proprio contributo?

Giovanni B.: Abbiamo costruito partenariati con diverse associazioni e organizzazioni sindacali, sia ucraine che polacche e rumene.

Vogliamo realizzare un centro di accoglienza in Polonia che possa essere un rifugio per le famiglie che non hanno un posto dove andare. Vogliamo integrare a questo progetto servizi di assistenza psicologica e legale per le eventuali ricongiunzioni familiari o quanto legalmente utile per consentire ai rifugiati il pieno accesso ai diritti umanitari previsti.

Noi di Progetto Sud ci occupiamo di tutte le fasi, dalla pianificazione agli acquisti e al trasporto. Siamo un gruppo affiatato e uno staff ben addestrato e preparato. Crediamo di poter rappresentare un esempio positivo di competenza, esperienza e operatività. Siamo orgogliosi di poter concretizzare con le nostre iniziative le politiche umanitarie della UIL in questa grave e importante circostanza. Presto avrete altre informazioni sui nuovi progetti futuri, nel frattempo noi andiamo avanti con le consegne dei beni di prima necessità e ci prepariamo a tornare il prima possibile al confine con un nuovo e ulteriore carico di aiuti.



Spero di essere riuscito a comunicare in queste poche frasi, scritte mentre siamo in viaggio, l'importanza di quello che stiamo facendo e quanto possa fare la differenza per i civili che stiamo cercando di aiutare. Grazie alla UIL, alla UILCA e a tutta l'organizzazione per quello che fate e potrete fare per sensibilizzare quante più persone possibili a donare, ognuno quello che può, dandoci l'opportunità di andare avanti in questa nostra missione.

Ci sono tante persone che ci aspettano al confine con l'Ucraina e che contano sul nostro aiuto. Speriamo che il loro e il nostro appello sia arrivato a tutti voi, per portare con noi, nei prossimi viaggi, una piccola parte della vostra solidarietà a chi ne ha veramente bisogno.

**CLICCA [QUI](#) PER VISITARE IL SITO INTERNET DI PROGETTO SUD
E SCOPRIRE COME PUOI DARE IL TUO CONTRIBUTO**



Marzo 2022

*Il nostro nuovo mensile pensato per te***A cura di Federico Fanani - Segr. di Coordinamento UILCA Banca MPS****ESSERE SINDACATO OGGI****La mia prima partecipazione a un Consiglio nazionale UILCA (16-17-18 marzo 2022)**

convinzioni, è stato il ragionamento sviluppato sul tema del Lavoro Agile, uno degli argomenti più complessi e più interessanti per i Lavoratori, in particolare adesso che la relativa regolamentazione è cambiata, a causa del termine dello stato di emergenza.

Ebbene, sarebbe stato molto più apprezzato da una larga platea di iscritti, richiederne la possibilità di fruizione in maniera massiccia per i colleghi di ogni ruolo e mansione e magari promuovere una campagna mediatica che avrebbe generato simpatia a favore della Sigla, che ne avrebbe potuto trarre qualche immediato vantaggio a livello di appeal.

La mia prima partecipazione ad un Consiglio Nazionale UILCA, che ha avuto oltretutto il vantaggio di svolgersi in presenza, è stata per me fonte di arricchimento, sia professionale che personale.

Sono stati moltissimi i temi affrontati durante il dibattito, riguardo ai quali è stato per me molto importante ascoltare i punti di vista di colleghi che ricoprono diversi ruoli nella struttura e nelle aziende, dal momento che in molti casi, chi ha parlato, lo ha fatto riportando esperienze riguardanti il confronto con iscritti e colleghi, o il proprio ambito familiare.

Uno degli aspetti che ho maggiormente apprezzato dei tre giorni tuttavia, è stato il livello stesso al quale si è collocato il dibattito poco sopra ricordato.

Ho potuto apprezzare un approccio concreto ai vari argomenti trattati, focalizzato sulla ricerca di soluzioni tangibili, indipendentemente dagli eventuali contrasti che si possono generare quando si perseguono posizioni negoziali nette.

Il primo esempio lampante che rafforza le mie

**Federico Fanani - Segr. Coord. UILCA Banca MPS**



UN ALTRO

**MOTIVO
PER
SCEGLIERCI**
Il nostro nuovo mensile pensato per te


**L'intervento di Pierpaolo Bombardieri - Segretario Generale UIL
Al Consiglio Nazionale UILCA**

Molto più responsabile è invece l'atteggiamento di chi guarda oltre a certe dinamiche di esasperata ricerca del consenso, prefiggendosi invece di scongiurare probabili pericolosi scenari che si potrebbero andare a delineare in caso di ricorso massivo a tale modalità di lavoro, come il problema di andare a creare "mansioni da smart working", che finirebbero per non prevedere l'interazione in presenza e che magari tra qualche tempo, ultimato il processo di trasformazione della tipologia di lavoro, rischierebbero di portare alla esternalizzazione del lavoro in un Paese estero, dove il costo del lavoro è nettamente inferiore rispetto al nostro, con conseguenti gravi danni per l'occupazione del settore.

È chiaro, che per trattare certi argomenti non servono soluzioni frettolose, ma sono necessari ragionamenti che prendano in considerazione vari aspetti e orizzonti temporali più ampi.

Purtroppo, a livello aziendale, mantenere un approccio alla risoluzione delle problematiche che sia scevro da condizionamenti, può risultare meno facile; tuttavia, per tutelare al meglio gli interessi dei colleghi, a volte va scartata la soluzione ritenuta più semplice nell'immediato, favorendo invece ragionamenti che porteranno benefici di lunga durata per i colleghi medesimi. Un altro spunto di riflessione che voglio evidenziare, è un aneddoto che fa ben comprendere quanto la percezione di un problema sia talvolta amplificata rispetto al problema stesso.

La UIL è chiamata a confrontarsi con tutte le più spinose e attuali problematiche che riguardano il mondo del lavoro e il sistema Paese in generale, ed è richiesto che ogni questione sia affrontata in maniera intelligente e approfondita.

È inevitabile che si vadano a sollecitare, ad esempio, interessi strategici nazionali, come nel caso in cui si invoca il calmiera dei prezzi per alcuni beni di prima necessità, o quando si denuncia la speculazione attuata dai colossi dell'energia, che in barba ai contratti trentennali di forniture energetiche da essi sottoscritti a prezzi ben inferiori rispetto a quelli attualmente vigenti, si arricchiscono smisuratamente ai danni di cittadini e aziende.

Allo stesso modo, avrebbe potuto dar luogo a diverse interpretazioni la posizione assunta dalla UIL, che si è nettamente schierata a sostegno della popolazione ucraina, la quale ha subito un attacco militare all'interno dei propri confini nazionali. Tuttavia, riuscire a distaccarsi dalle varie percezioni delle problematiche, conferendo invece alle stesse un corretto grado di importanza, soprattutto quando un problema tocca anche visioni personali dolorose, può risultare molto arduo, ma credo che debba essere una delle capacità che deve possedere, chi voglia svolgere al meglio il nostro lavoro, per tutelare e portare i maggiori benefici a chi ha deciso di farsi rappresentare dalla UIL e dalla UILCA. Alla luce di ciò che ho appena scritto, la mia ultima considerazione in questo momento storico, che ci vede colpiti da certi avvenimenti, è che i miei propositi di migliorare il modo di lavorare e di valutare le cose, non sarebbero attuabili se io non facessi parte di una struttura democratica che opera in un contesto altrettanto democratico, dal momento che fondiamo il nostro mestiere sulla capacità di ascolto, sul confronto continuo e sul dialogo, e laddove tali elementi vengono meno, sono i soggetti più deboli ed indifesi a farne le spese.



**MOTIVO
PER
SCEGLIERCI**

Marzo 2022

Il nostro nuovo mensile pensato per te

WELFARE IN CONFETTI Rubrica a cura di Maria Chiara Milanese

GENITORIALITÀ A TUTTO TONDO –VERSO UNA FAMIGLIA ALLA PARI



L'arrivo in famiglia di un nuovo componente, che sia figlio naturale, adottivo o in affido, richiede un importante periodo di cura e attenzione: costruire solide fondamenta su cui poggerà il futuro della famiglia richiede infatti un consistente impegno teso alla creazione di un equilibrio nuovo e duraturo. Perché questo avvenga è fondamentale poter fruire di un periodo in cui poter esercitare in via prioritaria il compito di genitore.

Prima era solo la maternità: congedo obbligatorio accordato alla genitrice donna nella misura di 5 mesi e 1 giorno di astensione obbligatoria dall'attività lavorativa (di cui almeno 3 dopo il

parto, salvo richiesta di flessibilità da parte della lavoratrice, corroborata dalla necessaria documentazione medica). Adesso il legislatore sta timidamente cercando di elevare la paternità allo stesso *status* della maternità, ma procediamo per gradi: a far data dal 1° gennaio 2020 la madre ha facoltà di fruire dell'astensione obbligatoria interamente dopo il parto e, in caso di morte o infermità della stessa, oppure in caso di abbandono o di affidamento esclusivo al padre tale diritto viene traslato sul secondo genitore.



Sul fronte del congedo obbligatorio di paternità siamo passati da un giorno di permesso obbligatorio ante 2013 ai dieci giorni attuali (da fruire entro i primi cinque mesi dall'ingresso in famiglia del bambino) ma la strada da fare è ancora tanta. Il privilegio di poter accudire i figli nei primi mesi di vita rappresenta oggi, nella gran parte dei casi, una gabbia dorata all'interno della quale (fatta salva la serenità di non dover rinunciare alla





UN ALTRO

**MOTIVO
PER
SCEGLIERCI**

Il nostro nuovo mensile pensato per te

retribuzione né al posto di lavoro) la madre rappresenta il genitore principale.

Se è vero che l'essere genitori rappresenta un'importante fonte di realizzazione e gratificazione lo è altrettanto il fatto che per assolvere bene a questo compito è necessario potersi sentire realizzati interamente, prima di tutto come persona e poi come genitore. Perché ciò possa avvenire le famiglie necessitano di un maggiore "tempo protetto": se i padri avessero più tempo per sé da spendere nel ruolo di genitori, in automatico le madri avrebbero più spazio per loro, in un clima di maggiore parità.



È necessario oggi più che mai che alle famiglie vengano assicurate le fondamentali garanzie normative che possano contribuire ad erodere il concetto costruito dalla storia della nostra società in cui la donna ha un ruolo spesso principale all'interno della famiglia nell'accudimento dei figli. Affinché la donna possa assolvere bene al ruolo di madre all'interno del nucleo familiare è fondamentale che anche al padre venga riconosciuto lo stesso diritto: perché i carichi possano essere equilibrati, perché si inneschi un cambiamento culturale tale da concepire e garantire una parità tra le figure genitoriali, perché la donna non debba rinunciare ad essere tale per il sol fatto essere diventata madre.

SCOPRI I PROGETTI E I SERVIZI DELLA UIL

CLICCA SULLE ICONE PER VISITARE I SITI INTERNET DEDICATI

TERZO MILLENNIO



IL SINDACATO DEI CITTADINI





**MOTIVO
PER
SCEGLIERCI**

Marzo 2022

Il nostro nuovo mensile pensato per te

WELLNESS– UILCANESS Essere UILCA, stare bene Rubrica a cura di Graziella Ciccù

SESSO DEBOLE? NO GRAZIE. NOI CI ALLENIAMO



Oramai è abbastanza evidente quanto la locuzione "Sesso debole" associata alla donna sia decisamente errata. In passato ci si avvaleva di questa antonomasia per riferirsi alla popolazione femminile in quanto la società voleva che le donne fossero educate a sentirsi più sensibili, fragili e vulnerabili di un uomo, rassegnandosi troppo spesso ad essere una proprietà dei propri padri, fratelli e mariti.

Nel tempo, attraverso anni di lotte per i diritti e la parità di genere, le cose sono cambiate.

La donna ha avuto l'opportunità di mettersi in gioco in ambiti diversi, dando spazio a tratti caratteriali prima soffocati dai limiti e dalle regole, quali l'intransigenza, il controllo delle emozioni, la resilienza, la determinazione e l'ambizione.

Solo quando parliamo di forza fisica, la definizione "sesso debole" riferita alle donne, potrebbe rilevarsi, in molti casi, biologicamente esatta. La donna nasce con struttura muscolare analoga a quella di un uomo, anche se con meno muscoli in termini di dimensioni, ma cambia totalmente il quadro ormonale. L'organismo della donna è fatto fisiologicamente per favorire l'accumulo dei grassi (a scopo riproduttivo), a differenza dell'uomo che ha

composizione corporea diversa: più muscoli e meno grasso.

Questo non significa però che la donna non possa migliorare incredibilmente anche sotto questo aspetto, allenandosi in maniera mirata per lo sviluppo della forza muscolare e scoprendo i molteplici benefici ad essa collegati. Vediamo quali.

Un aspetto tonico e ben definito è uno dei vantaggi immediatamente tangibili dell'allenamento per le donne. Si scolpiscono e si delineano i muscoli, rendendo più gradevole esteticamente il corpo.

Inoltre, la massa muscolare consuma buona parte (circa un quarto) del nostro bilancio energetico giornaliero, brucia calorie anche a riposo, aumentando il metabolismo basale che stimola la combustione dei grassi a lungo termine. Riducendo i tessuti adiposi, i contorni sono più definiti e le curve femminili risaltano maggiormente. È possibile anche allenare singoli muscoli o gruppi muscolari, modellando quindi determinate parti del corpo e aggiustandone le proporzioni per creare una silhouette più armoniosa.

Un altro suggerimento. Integrare l'allenamento della resistenza con quello per la forza si dimostra una scelta intelligente e sensata anche ai fini del dimagrimento in quanto favorisce un consumo ulteriore di calorie e migliora le prestazioni oltre a rinforzare il sistema cardiovascolare. Un vantaggio per donne che hanno poco tempo per la palestra: l'allenamento della forza può essere fatto anche a casa sia seguendo i principi del **"bodyweight"** (allenamento "a corpo libero"), sia utilizzando attrezzi fitness,

Marzo 2022

Il nostro nuovo mensile pensato per te


come ad esempio kettlebell o manubri, che consentono di realizzare un workout efficace anche tra le mura domestiche eseguendo i classici esercizi fondamentali (squat, affondi, stacchi). Questi ultimi permettono di allenare la sinergia tra i diversi gruppi muscolari favorendo una postura corretta e sana, utile nei movimenti della vita quotidiana e nello sport.

Basta solo mezz'ora per allenare tutto il corpo non dimenticando di aumentare la difficoltà degli esercizi nel tempo, incrementando i carichi o il numero di ripetizioni.

Non abbiate paura di allenarvi in maniera equilibrata, stare bene nel proprio corpo permette di acquisire una maggiore consapevolezza di sé, una maggiore sicurezza, con il conseguente miglioramento della qualità della vita e del benessere quotidiano: avrete un corpo dall'aspetto più piacente e dalle prestazioni straordinarie, riuscendo a stupire chi, seguendo i più classici stereotipi, potrebbe sottovalutare la vostra forza.

Ne guadagnerete in autostima e sfatterete il mito del "sesso debole" anche dal punto di vista fisico.

Magari, se volete, potrete valutare se far parte del "gentil sesso", considerando che la dolcezza e la sensibilità possono essere grandi punti di forza per le donne... e anche per gli uomini!

L'ANGOLO DELLA RICETTA SANA
COUS COUS PRIMAVERILE
A cura di Graziella Ciccù

Ingredienti per una porzione:

50 gr cous cous integrale
 60 gr di tonno sott'olio (peso da sgocciolato)
 50 gr pomodorini
 50 gr di mozzarella light
 20 gr di olive verdi
 Sale q.b.
 Basilico q.b.

Procedimento:

Portate quasi a bollire l'acqua necessaria per far rinvenire il cous cous (circa 80 ml per 50 gr). Versatela in una ciotola, aggiungete il sale e a questo punto anche il cous cous, mescolate e lasciate riposare per 5 minuti, coprendo la ciotola. Una volta rinvenuto, sgranate il cous cous aiutandovi con una forchetta per eliminare i grumi. Aggiungete il tonno sgocciolato e sminuzzato, i pomodorini tagliati a metà, la mozzarella tagliata a cubetti, le olive e il basilico finemente tritato.

Conservate in frigo e gustatelo in pausa pranzo.

Suggerimenti:

Potete insaporire il cous cous con qualche acciuga, capperi e magari potete sostituire i pomodorini freschi con qualche pomodoro secco tagliato finemente



Marzo 2022

Il nostro nuovo mensile pensato per te
DAI NUMERI ALLE PAROLE *Rubrica a cura di Paolo Panzacchi*
BITGLOBAL: IL ROMANZO DI PIETRO CALICETI
Quando il futuro è già presente

Una delle cose più difficili per uno scrittore è quella di proporre un libro che possa attraversare diverse stagioni e che possa aiutare a comprendere ciò che un giorno appare come un ipotetico lontano futuro e che, invece, senza accorgercene diventa il nostro presente.

Ho deciso di parlare di un romanzo di qualche anno fa, lo faccio perché ha come filo conduttore qualcosa di cui parliamo da tanto senza mai essere davvero andati in profondità a capirne i segreti e il funzionamento: le criptovalute.

Il romanzo è "BitGlobal" uscito nel 2017 per Baldini & Castoldi a firma di Pietro Caliceti, forse il più capace e preparato avvocato italiano del suo settore, ovvero quello di assistenza legale a banche e fondi di investimento.

Greg Giuliani, è un avvocato italo inglese, ha una cinquantina d'anni, è di Milano e ha una carriera affermata. Il romanzo si apre a Londra, dove Giuliani è stato invitato a prendere parte a una cena d'affari in compagnia di colleghi britannici.

Sarà in questo contesto che Giuliani verrà a conoscenza dell'esistenza di BitGlobal, ovvero una società impegnata a eseguire transazioni in bitcoin, la criptovaluta per eccellenza che si sta affacciando e che desta interesse e qualche timore.

Greg Giuliani sta lavorando come consulente per una società di investimento finanziario che in termini tecnici si definisce SPAC (Special Purpose Acquisition Company), è la prima che viene creata in Italia, che ha per nome "Special One".

Oltre a uno sguardo d'insieme davvero originale, puntuale e interessante sui Bitcoin e in generale sul concetto della moneta come mezzo per effettuare scambi, Caliceti ci regala un affresco di un

personaggio mai banale, quello di Giuliani, impegnato a non finire schiacciato nelle oscure trame di uomini d'affari senza scrupoli, primo fra tutti il suo rivale, l'avvocato Lapo Montalcino, che cercherà addirittura di estrometterlo dallo Studio Legale.

Il romanzo si dipana tra Londra, Milano e la piccola Isola di Jersey, uno dei paradisi fiscali del vecchio continente.

"BitGlobal" è allo stesso tempo un intrigante legal thriller e un romanzo che può dare spunti interessanti a chi cerca di approfondire il tema legato alle criptovalute, tema questo assai controverso che presenta notevoli complessità, nello specifico si evidenzia l'opacità del sistema stesso che le regge e una eccessiva difficoltà nel collegare i soggetti detentori alle somme, anche molto ingenti, che transitano in questo mercato ricco di opportunità, ma anche di ombre.



Pietro Caliceti, avvocato milanese, assiste da anni banche, fondi d'investimento e società industriali in acquisizioni e altre operazioni straordinarie sia in Italia che all'estero.

Autore di numerose pubblicazioni in materia giuridica, ha esordito nella narrativa con il romanzo L'Ultimo Cliente (Baldini & Castoldi, 2016), classificandosi secondo al premio di letteratura noir Nebbia Gialla, edizione 2016, cui a fatto seguito BitGlobal (2017), il primo romanzo incentrato sui bitcoin



Marzo 2022

Il nostro nuovo mensile pensato per te
LEGI-PENSANDO Rubrica a cura di Annalisa Pancione
VITTIMIZZAZIONE SECONDARIA: QUANDO SI È VITTIME DUE VOLTE

Marzo, si sa, è il mese dedicato alle donne... E quando si parla di donne si pensa istintivamente al doppio filo che lega, ancora troppo spesso, il mondo femminile alla violenza. Una violenza che si concretizza attraverso diverse forme: quella fisica e sessuale, quella psicologica e sociale, fino ad arrivare a forme secondarie, "nascoste", che emergono solo dopo un'attenta analisi. Quando si pensa ad una violenza subita, si costruisce internamente un ponte empatico che porta a riflettere sulla sofferenza vissuta, sui fatti concreti, ma è difficile allargare l'orizzonte e pensare al disagio emotivo provato dalle vittime durante le pratiche giuridiche e processuali. Proprio in questo contesto si colloca la "vittimizzazione secondaria", che consiste nel far rivivere alla vittima il trauma attraverso prassi messe in atto dalle istituzioni; questo meccanismo, troppo spesso sottovalutato, comporta una resistenza ed una discrasia temporale nell'effettuare la denuncia.



In questo senso, una recente (2021) sentenza della Corte EDU condanna lo Stato Italiano (sic!) a risarcire un danno quantificato in 12.000€ ad una giovane, vittima di violenza sessuale, in violazione dell'Art 8 CEDU, in quanto è stata ravvisata una lesione della dignità personale in ordine a considerazioni irrispettose sulla vita privata della donna, emerse durante il processo.

Questa sentenza ci consente di riflettere su quanto siamo lontani dalla tutela delle vittime di violenza di genere, che dovrebbero poter ottenere giustizia nei contesti giuridici, potendo contare su un clima di rispetto e sull'assenza di pregiudizi. Se davanti ad un crimine si cerca una giustificazione sociale colpevolizzando la vittima, la strada per ottenere giustizia e indirizzare i comportamenti sociali futuri è decisamente ancora troppo lunga per le donne.

La paura di non essere credute, di essere etichettate dalla società come "delle poco di buono", il timore di ritorsioni, sono solamente alcuni degli effetti distorsivi della vittimizzazione secondaria censurata dalla Corte EDU e contribuiscono a rendere queste donne "vittime due volte".

L'organo internazionale ha sempre denunciato l'esistenza di pregiudizi e stereotipi sessisti nella società italiana soprattutto in ambito

CEDU O CORTE EDU

La Corte europea dei diritti dell'Uomo è un organo giurisdizionale creato nel 1959 sulla base della Convenzione per la salvaguardia dei diritti dell'uomo e la tutela delle libertà fondamentali. Attualmente ha sede a Strasburgo e vi fanno parte i 47 membri del Consiglio d'Europa. Alla corte si rivolgono gli individui che ritengono aver subito la lesione dei loro diritti fondamentali.



Marzo 2022

Il nostro nuovo mensile pensato per te

giudiziario.

Per mitigare questo fenomeno complesso è opportuno integrare la formazione tecnica con un approccio psicologico, in grado di cogliere le sfumature degli stati d'animo e dare loro un nome per realizzare una fusione nelle vicende umane e contestualizzarle non solamente da un punto di vista penale. Forse un giorno nelle aule dei tribunali si affermerà la necessità di tener conto delle ripercussioni emotive che avvengono nella sfera psichica delle persone coinvolte, senza togliere la neutralità e l'imparzialità delle deposizioni giuridiche.

Se siamo costretti a dare un nome ad una violenza nella violenza e non siamo in grado di trattare con rispetto ed empatia le vittime, ma ci limitiamo a trattare i casi a colpi di dottrina, vuol dire che ci siamo allontanati della compassione umana (dal latino cum patior...soffro con) e viviamo nell'assoluta incapacità di sentirci intimamente partecipi alla sofferenza delle donne, vittime di violenza. Per questo, c'è bisogno di uno sforzo culturale che deve portarci ad avere realmente l'intenzione di percorrere i primi gradini di una lunga scala chiamata parità di genere.

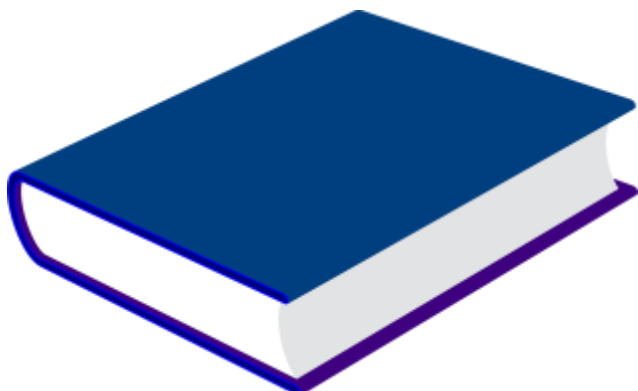
FIRMATO ARTICOLATO CONTRATTO NAZIONALE DEL CREDITO

E AVVIATA INIZIATIVA PROSOLIDAR A FAVORE DELLA POPOLAZIONE UCRAINA



Fulvio Furlan - Segretario Generale UILCA

ARTICOLATO CCNL DEL CREDITO



Giovedì 24 marzo, nel pomeriggio, si è tenuto l'incontro tra i Segretari Generali dei Sindacati del Credito e L'ABI per la **sottoscrizione dell'Articolato del Contratto Nazionale del credito**, un documento unico che integra il CCNL del 2015 con il testo dell'accordo per il rinnovo del Contratto Nazionale del Credito, firmato il 19/12/2019, recependone le modifiche e le novità.

Nella stessa occasione le Organizzazioni Sindacali e l'ABI hanno concordato un'iniziativa di solidarietà a favore dell'Ucraina a cui potranno partecipare su base volontaria tutti i dipendenti della nostra categoria.

Tramite la Fondazione *Prosolidar* ogni dipendente di banca potrà donare 10 Euro a favore della popolazione Ucraina.

La Banca di appartenenza parteciperà contribuendo all'iniziativa con un importo pari a quello raccolto con le donazioni del personale.



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:
WWW.UILCAGRUPPOMONTEPASCHI.IT*

SEGUICI SULLA NOSTRA PAGINA FACEBOOK: UILCA Gruppo MPS

In questo numero

IL PUNTO DELLA SITUAZIONE Di Carlo Magni	1-2
FUORI DAI LIMITI PROGETTO SUD: IN PRIMA LINEA CON LA UIL PER L'EMERGENZA IN UCRAINA Intervista a Giovanni Bellissima- Presidente dell'ONG Di Siria Boccalini	3-4-5
ESSERE SINDACATO OGGI La mia prima partecipazione a un Consiglio nazionale UILCA (16-17-18 marzo 2022) Di Federico Fanani	6-7
WELFARE IN CONFETTI GENITORIALITÀ A TUTTO TONDO -VERSO UNA FAMIGLIA ALLA PARI di Maria Chiara Milanese	8-9
WELLNESS-UILCANESS Essere UILCA, stare bene SESSO DEBOLE? NO GRAZIE. NOI CI ALLENIAMO e L'ANGOLO DELLA RICETTA SANA Di Graziella Cicciù	10-11
DAI NUMERI ALLE PAROLE BITGLOBAL: IL ROMANZO DI PIETRO CALICETI- QUANDO IL FUTURO È GIÀ PRESENTE Di Paolo Panzacchi	12
LEGI-PENSANDO VITTIMIZZAZIONE SECONDARIA: QUANDO SI È VITTIME DUE VOLTE Di Annalisa Pancione	13-14
FIRMATO ARTICOLATO CCNL DEL CREDITO E AVVIATA INIZIATIVA PROSOLIDAR A FAVORE DELLA POPOLAZIONE UCRAINA Team Comunicazione UILCA MPS	14