

# PROGRESSO SOCIALE

NUOVA SERIE

Anno 62 / N° 4 / Dicembre 2023

N. 417

PERIODICO DEI SINDACATI INDIPENDENTI TICINESI

Pag. 3

Relazione sindacale  
assemblea SIT  
del 15 novembre 2023

Pag. 7

Siamo troppo  
stressati

Pag. 12

Modifica parziale  
della LIPCT:  
una proposta equilibrata  
e sostenibile



## Impressum

Redattore responsabile:  
Mattia Bosco

Grafica e stampa:  
Tipografia Cavalli, Tenero

Pubblicazione trimestrale

Il periodico è gratuito  
per gli aderenti SIT, SAST  
e LA SCUOLA.

Abbonamento annuo  
sostenitore da Fr. 20.-



## Cassa pensioni: Reti e autoreti

Che non fossimo nel migliore dei mondi possibili l'avevo già capito (oltre che cercato di spiegare a Pangloss), ma quanto successo a margine della discussione parlamentare sulle misure di compensazione alla prospettata riduzione dei tassi di conversione da parte dell'Istituto di Previdenza del Canton Ticino (IPCT) ha tracciato una nuova ulteriore frontiera. Iniziando dagli estensori del rapporto di minoranza (gli stessi che hanno ideato la fallimentare controproposta di prestito anticipato di 700 milioni, mai attuata non solo per il cattivo andamento dei mercati azionari nel 2022, ma anche per l'impossibilità pratica di applicare la proposta), che hanno azionato la macchina del fumo mettendo in discussione cifre, fatti e perfino l'indipendenza del perito che sottostà all'Autorità di vigilanza. Ritenete che i dipendenti pubblici siano privilegiati? Abbiate il coraggio di dirlo, non inventate strampalate teorie su scie chimiche, alieni cospiranti e bambole assassine. Per non parlare poi di quelli del Centro, che hanno sì sostenuto il messaggio del governo, ma poi hanno anche in gran parte votato l'attivazione del referendum obbligatorio, vale a dire la chiamata alle urne del popolo sul tema. Un colpo al cerchio

e uno alla botte, o meglio un colpo all'OCST e uno all'ala destrorsa ed economica del sedicente Centro. Perché perdi il pelo ma non il vizio, anche se cambi il nome: "uregiat" per sempre. Speriamo almeno che prima della votazione popolare gli amici del Sindacato Cristiano Sociale prevalgano e l'ex PPD non ne esca con il solito e pilatesco "libertà di voto", come sul Decreto Morisoli che ora porta ai tagli sul personale (toglierei visto il sostegno scandaloso del PLR a questo decreto). Ad ogni modo la proposta governativa è passata con 59 voti favorevoli, 22 contrari e 3 astenuti, superando anche un pericoloso harakiri dell'ultima ora: pare infatti che l'ennesima manifestazione promossa da ErreDiPi a Palazzo delle Orsoline abbia fatto traballare diversi moderati, che infastiditi da questo continuo lamentarsi, urlare e pretendere siano stati tentati di seguire la via forse più facile ed elettoralmente pagante proposta da Lega e UDC, perché se 17'000 sono i beneficiari, molti di più sono i paganti. Ad ogni modo, primo tempo in vantaggio, ora ci aspetta il secondo e decisivo periodo, davanti al popolo. Speriamo nessuno faccia autoRete!

## SOMMARIO

Tiromancino	2
<b>CRONACHE SINDACALI</b>	
Relazione sindacale	3
Siamo troppo stressati	7
Per il personale dello Stato una partita in (almeno) due tempi	10
Modifica parziale della LIPCT: una proposta equilibrata e sostenibile	12
Mondo del lavoro	14
Reconquista spagnola e Limpieza de Sangre	16
<b>LO SPORT</b>	
Scommettiamo che...?	18
La nostra famiglia	19

## Tiromancino di Candide

# Relazione sindacale

assemblea SIT del 15 novembre 2023

Care delegate,  
cari delegati,

comincio la mia relazione dai dovuti ringraziamenti che vanno al Presidente, Sig. Mario Milojevic e al Vice-Presidente, Sig. Fabio Cantoni, alla Direttiva e al Comitato Cantonale.

Un grazie anche alle colleghe Loredana Ghizzardi e Flavia Pattaroni per il loro lavoro quotidiano presso il segretariato del sindacato.

Come ogni anno ricordo sempre volentieri l'indimenticabile Presidente, Sig.ra Astrid Marazzi e i soci fondatori Prof. Guido Marazzi e Luigi Salvadé.

Gli ultimi mesi sono stati davvero intensi a livello sindacale. Quanto sta avvenendo a livello internazionale e geopolitico, ha delle chiare ripercussioni anche alle nostre latitudini generando preoccupazione e incertezza nella popolazione.

Questo contesto così complicato tocca direttamente anche i salariati, che sembrano ora ancor più disposti ad accettare determinati abusi pur di non perdere il posto di lavoro.

Durante questa breve relazione risulta impossibile concentrarsi sui singoli aspetti che hanno segnato il mondo del lavoro negli ultimi mesi, cercherò di toccare più temi trasversalmente concentrandomi perlopiù sul difficile rinnovo di alcuni contratti collettivi di lavoro, sul tema della mancanza di manodopera e sulle misure di risparmio messe in atto dal Governo.

Prima di entrare nel vivo della relazione sindacale è importante ricordare la sfida più importante che dovranno affrontare il nostro così come tutti i sindacati, quella del ricambio generazionale. Sostituire i pensionati con i giovani lavoratori non è per nulla facile, i valori e le emozioni che animavano i lavoratori degli anni '80 e '90 sono completamente diversi rispetto quelli che animano la gene-

razione Z, di coloro nati dopo il 2000, che possiedono sì valori di apertura mentale e inclusione dell'altro maggiori rispetto alle precedenti generazioni, ma che peccano con tendenze comportamentali orientate all'egoismo, all'individualismo e al narcisismo. Orientamenti quest'ultimi che non giovano ad associazioni come la nostra che hanno la tutela degli interessi collettivi tra i principi costitutivi di una società, società che ci vede sempre più tristemente isolati e disinteressati alle battaglie comuni.

Rimanere attrattivi in termini di prestazioni offerte ai soci, rinnovando i servizi offerti, continuando a offrire vantaggi assicurativi grazie alla collettiva di cassa malati SIT-Helsana nonostante il più restrittivo quadro giuridico imposto dall'autorità di vigilanza FINMA, curare gli aspetti legati ad una consulenza individuale globale,... queste sono solo alcune delle soluzioni che metteremo in atto.

La concorrenza dei sindacati maggioritari ovviamente non facilita il compito d'acquisizione di nuovi soci. Una concorrenza resa difficoltosa in base ai diversi mezzi e alle diverse risorse messe in campo, che, di fatto, impediscono il nostro accesso deciso ad alcuni settori economici. ►



di **Mattia Bosco**,  
Segretario Cantonale  
Copresidente



## Le misure di risparmio del Governo

Sempre più d'attualità sono le misure di risparmio messe in atto dal Governo per risanare i conti dello Stato. Il 15 maggio 2022 la popolazione ha votato il famoso decreto Morisoli, che prevede Pareggio del conto economico entro il 31 dicembre 2025 con misure di contenimento della spesa e senza riversamento di oneri sui Comuni. Il pareggio deve essere ottenuto rispettando alcune condizioni:

- le imposte non devono essere aumentate;
- le misure devono essere prioritariamente di contenimento della spesa;

Inoltre la Costituzione prevede inoltre il freno al disavanzo che prevede che, di principio, i conti devono essere presentati in equilibrio.

Da qui (troppo facile) le misure di risparmio sul personale. Le più incisive la riduzione di salario del 2% oltre la quota salariale di 60'000 franchi e il mancato riconoscimento del carovita. Queste due misure diminuiranno del 3% il potere d'acquisto di migliaia lavoratori. Lavoratori che tengono in piedi questo Cantone occupandosi di garantire la nostra sicurezza, la formazione, la sanità, la socialità e la giustizia. Questo è profondamente ingiusto e lancia un segnale preoccupante al resto dell'economia.

Nonostante i Sindacati Indipendenti Ticinesi – SIT intendano l'attività sindacale quale mezzo per il raggiungimento di accordi condivisi tra le parti, attraverso un lavoro di concertazione e di trattativa pacifica, basata su

nobili principi di diplomazia e di persuasione, riteniamo che gli strumenti propri dell'azione collettiva e della mobilitazione di piazza siano ora più che mai giustificati. È per questo che anche noi ci mobileremo il prossimo 22 novembre, ritenendo che la forza d'urto della piazza sia ora necessaria, affinché l'opinione pubblica sia a conoscenza degli scenari nefasti che il taglio dei servizi e dei salari dei dipendenti pubblici produrrà nella società.

L'invito alla partecipazione alla manifestazione, indetta congiuntamente dalle organizzazioni sindacali, si estende non solo alle migliaia di dipendenti che verranno toccati direttamente o indirettamente dalle misure proposte dal Governo, l'invito si estende all'intera cittadinanza che, sempre più bisognosa di servizi di accresciuta qualità, non può assistere silenziosamente alla scandalosa riduzione della spesa pubblica a disposizione nel campo sociale, sanitario, formativo e della sicurezza.

## Mancanza di manodopera

A partire dal vissuto delle lavoratrici e dei lavoratori durante la recente pandemia si è sviluppata a livello mondiale una tendenza del tutto inattesa: il cosiddetto fenomeno delle "grandi dimissioni".

In realtà, già prima della pandemia, un sondaggio svolto in 140 Paesi aveva reso noto che l'80% della popolazione occupata odia il proprio impiego. Ora, dopo aver avuto mesi per riflettere sulla qualità della vita, tantissime persone esauste, esasperate e impoverite si sono organizzate per licenziarsi collettivamente dai settori della ristorazione, della sanità, della vendita al dettaglio, della cultura, degli autotrasporti e da altri ancora. Dimettersi è visto come un modo per riconquistare tempo per noi stessi e per la nostra vita un modo di opporsi a condizioni di lavoro ai limiti dello sfruttamento che peggiorano la salute e le relazioni sociali. Il dato più incredibile è che il 36% di queste dimissioni è stato fatto senza avere un lavoro di ripiego, ciò significa che queste persone hanno preferito l'incertezza dell'ignoto piuttosto che la certezza della vita di prima.

Anche in nostro territorio è in grave difficoltà. Settori interi sia nel privato, che nel pubblico, che non riescono più ad attrarre e soprattutto a trattenere forza lavoro. Si pensi, ad esempio, a settori quali la Polizia Cantonale, che ogni mese vede partire tre



propri agenti per altri lidi (polizie comunali, confederazione, sicurezza privata, ...). Un recente sondaggio all'interno del corpo di Polizia ci dice che nel primo anno d'impiego dopo la formazione, il 38% degli agenti è pentito e vuole cambiare professione. Per non parlare poi della sanità dove la percentuale d'infermieri che vuole abbandonare la professione dopo il primo anno d'impiego supera il 50% e dove la vita professionale media è di 14 anni. I lavoratori se ne vanno, dall'ufficio, da un capo che soffrono da troppo tempo, da ritmi di vita disumani, da un sistema che non gli appartiene più.

Salari, indennità, turnistica sfavorevole con lavoro notturno e nei giorni festivi, durata del lavoro, rapporto con superiori e colleghi, cassa pensione, ... sono tra le motivazioni principali che portano le persone a guardare altrove. Sindacalmente, lasciatecelo dire, qualche sassolino dalle scarpe ce lo togliamo, avendo per anni protestato contro quei datori di lavoro poco attenti a garantire salari dignitosi e condizioni di lavoro all'avanguardia. Bisogna avere cura del proprio personale, il capitale umano è un valore aggiunto insostituibile per qualsiasi azienda e va gratificato, ascoltato e pagato bene! Ogni tanto basta anche un "grazie" per il lavoro svolto.

Anche la frase tanto inflazionata fino a poco tempo fa "se ti va bene è così, se no fuori c'è la fila che aspetta" non è più attuale. In alcuni settori edilizia, ristorazione, sanità, commercio al dettaglio, industria, agricoltura ... non si trovano neanche più frontalieri disposti a lavorare. Alcuni settori, soprattutto quelli che prevedono un lavoro di maggior fatica, in condizioni meno agiate e bassi salari, la manodopera, di tutte le nazionalità, è carente.

Inoltre le nuove generazioni, da un certo punto di vista per fortuna, poco si prestano a sopportare condizioni di lavoro poco attrattive, quasi in una forma di ribellione, questa volta molto più silenziosa, che ricorda le battaglie, ben più rumorose, dei giovani del '68, che in quel periodo misero in atto una vera e propria rivolta etica, un cambiamento di morale contro i valori diffusi dalla società capitalista: l'individualismo, il sistema consumistico, l'esaltazione della tecnologia, manifestavano contro ogni tipo di guerra (si pensi alla guerra del Vietnam) e contro il potere politico tradizionale spesso visto come autoritario.

Anche oggi i giovani lavoratori sembrano protestare contro un sistema produttivo basato sulla performance, sul rendimento, sulla crescita illimitata, sul lavoro a basso costo (finan-



che al lavoro gratuito, si pensi al fenomeno degli stage occupazionali) e sul perseguimento costante del maggior profitto possibile a discapito della propria salute e della propria qualità di vita. Oggi generazioni intere non sono più d'accordo. Lavoratori che richiedono percentuali occupazionali lontane dalla piena occupazione e condizioni di lavoro che permettano la conciliabilità lavoro-famiglia. Questo, è innegabile, avrà ripercussioni evidenti sul modello tradizionale delle assicurazioni sociali. Assicurazioni impostate, decine di anni fa, su modelli che prevedevano la piena occupazione e la piena carriera lavorativa. AVS, LPP, LADI, LAINF, AI, IPG avranno a disposizione meno fondi per finanziare le proprie prestazioni. Si pensi al secondo pilastro, una percentuale lavorativa inferiore, comporta un salario assicurato inferiore e di conseguenza accrediti di vecchiaia versati inferiori sia da parte del lavoratore, che del datore di lavoro. Questo comporta una minor disponibilità di capitale al pensionamento, che comporterà rendite di vecchiaia sempre inferiori in un contesto di aumento dei costi e di maggior aspettativa di vita. Per non parlare poi dei buchi contributivi, dovuti a congedi sabbatici e alla cura dei figli per quanto riguarda soprattutto le donne. Lo capisce chiunque, il modello attuale, non è compatibile con la società odierna. È qui che servono politici che pensionino a medio-lungo termine e non alla propria elezione al prossimo appuntamento elettorale, proponendo soluzioni proporzionate e equilibrate.

Risulta oggi a maggior ragione pericolosa ogni deriva xenofoba e ogni forma di chiusura su noi stessi in quanto queste avranno effetti sicuramente negativi sulla nostra qualità di vita. In base ai dati che raccontano di un ►

tasso di natalità stagnante, la Svizzera deve continuare a creare valore aggiunto e a rimanere attrattiva verso l'esterno per attirare lavoratori e famiglie. Lavoratori esteri, forza lavoro, che sono e saranno sempre più una risorsa imprescindibile per sostenere l'apparato economico ticinese e per mantenere le rendite erogate ai nostri sempre più numerosi pensionati.

## Il difficoltoso rinnovo dei contratti collettivi di lavoro

Negli ultimi mesi sono iniziate le trattative per il rinnovo di alcuni contratti collettivi di lavoro giunti a scadenza. Le aspettative dei lavoratori sono molto alte. In un periodo di rincaro dei prezzi, il mantenimento del potere d'acquisto dei lavoratori è al centro delle preoccupazioni sindacali. Lo scandaloso aumento dei costi dell'assicurazione malattia, l'aumento del costo dell'energia e degli usuali beni di consumo oltre che dei servizi in generale e delle pigioni d'affitto richiede un aumento almeno paritario dei salari. Qualora questo non avvenisse, come purtroppo è il caso per la maggior parte dei lavoratori dipendenti, ecco che inizierebbe una pericolosa recessione economica che avrebbe l'effetto nefasto di una crisi sociale dovuta all'aumento delle persone disoccupate e messe ai margini della società. Detto diversamente, qualora i salari non dovessero seguire l'aumento dell'indice dei prezzi al consumo, migliaia di lavoratori si ritroverebbero ad avere un potere d'acquisto inferiore, questo diminuirebbe il loro potere d'acquisto così come i loro consumi, mettendo in difficoltà l'economia intera, con aziende che verrebbero costrette a rivedere al ribasso le condizioni lavorative, a delocalizzare e infine a licenziare decine di lavoratori.

L'unico modo per evitare questo scenario è quello di concedere il rincaro dei salari. Purtroppo il maggior datore di lavoro di questo Cantone, lo Stato, ha deciso di non concedere questo diritto ai propri 10'500 dipendenti, questo avrà un effetto a cascata su altre migliaia di lavoratori, vincolati, in base al proprio contratto collettivo, a quanto deciso dal Governo per i propri dipendenti. Un pessimo segnale questo lanciato anche verso il settore dell'economia privata che prende ancora le condizioni d'impiego pubblico come modello di lavoro virtuoso da imitare.

I datori di lavoro, va pure ammesso, incontrano anche loro chiare difficoltà nel programmare a lungo termine. L'instabilità a livello globale e il rincaro dei prezzi colpiscono anche le aziende, che difficilmente riescono a pianificare il lavoro a medio lungo termine come avveniva prima della pandemia. Quasi come se ci sia stato un prima e un dopo, un dopo certamente per tutti più burrascoso. Ci appelliamo però ad un certo senso di responsabilità da parte degli imprenditori e, siamo sicuri, solo attraverso il confronto costruttivo e serio con la propria forza lavoro, per tramite delle associazioni sindacali, riusciranno ad uscire indenni da questo difficile momento storico.

La salvaguardia delle pensioni, il mantenimento del potere d'acquisto indicizzato al rincaro dei prezzi e il diritto all'intero salario diventano, ora più che mai, principi imprescindibili affinché si mantenga la pace sociale e l'erogazione di servizi di qualità. Su questi principi non siamo disposti a retrocedere di un passo, farlo significherebbe tradire coloro che negli ultimi anni hanno lavorato instancabilmente ricevendo applausi e promesse che vengono ora vergognosamente disattese dalla classe politica.

Concludo con la speranza di aver corrisposto alle aspettative degli associati, che quotidianamente ripongono in noi la loro fiducia, e dei membri della Direttiva e del Comitato, che mi supportano nel ricoprire questa prestigiosa e gratificante carica, terminando la relazione sindacale ribadendo che non ci sarà mai realmente benessere e non ci sarà mai realmente progresso sociale finché esisteranno giovani disoccupati, pensionati a margini della società e lavoratori che pur lavorando resteranno poveri!

Grazie per l'attenzione.



# Siamo troppo stressati

Fare sport, meditare e stare a contatto con la natura sono strategie importanti per ritrovare il proprio benessere

## Quadro clinico del lavoratore nel 2023

Oggi in Svizzera un lavoratore su tre dichiara di essere troppo esausto per preoccuparsi dei propri affari personali o familiari nel tempo libero. Secondo il “Barometro delle condizioni di lavoro 2023” (Berna) la percentuale dei lavoratori esauriti ha raggiunto un nuovo record. Oggi più di 820'000 persone, rispetto alle 650'000 del 2022, stanno pensando di lasciare l'impiego a causa dello stress. Così come la salute di ogni singola cellula determina il benessere dell'intero corpo, così lo stato di salute del singolo ci parla di come sta la società. Quando troppe cellule della società danno segni di cedimento il tessuto diventa fragile, sgualcito e predisposto al rischio di rotture.

Le cifre del disagio parlano chiaro. La società deve ritrovare il senso profondo del proprio agire. È necessario che le entità politiche ed economiche si prendano un momento di riflessione e venga ridefinito un paradigma del lavoro che si sta rivelando fallimentare. Bisogna ridefinire la misura corretta del dare e del ricevere, c'è da ritrovare il senso del creare con amore, desiderio e valori elevati. L'origine della parola lavoro viene dalla radice sanscrita labh che significa orientare la volontà, il desiderio e l'intento, così come intraprendere ed ottenere. Il latino ha tradotto labh in labor dandogli un nuovo significato... Labor, da cui deriva la concezione odierna del lavoro, sta per fatica così come scivolare, cadere. *“Questo verbo era spesso utilizzato per descrivere il movimento di una persona che cadeva a terra o si muoveva con fatica, nello sforzo di compiere un'attività fisica. Da ciò, possiamo concludere che, sin dall'antichità, il lavoro fu inteso come un'attività faticosa volta ad ottenere i risultati che il lavoratore (o chi per lui) si prefiggeva di raggiungere”* (Vittorio Daniele, [liano.it\). Nell'antica Roma il “labor” si riferiva in particolare al lavoro manuale, pesante e faticoso, imposto agli schiavi. Il lavoro era visto come forma di punizione e umiliazione. Anche nel medioevo il concetto di lavoro era strettamente associato a quello di schiavitù e di punizione per i peccati commessi. Non ci sorprende che, con tali origini concettuali, qualcosa sia andato storto. Le parole danno forma al mondo, le forme-pensiero modellano la società, e quindi non ci sorprende che i lavoratori di oggi siano in crisi.](http://www.etimoita-</a></p></div><div data-bbox=)

## Strategie di prevenzione e cura del burnout di cui soffre 1 lavoratore su 3 in Svizzera

È necessario cambiare le parole per cambiare la forma del mondo del lavoro e l'esperienza del lavoratore. Se il lavoro è basato su una radice di sofferenza è necessario trovare una nuova parola per generare un'altra esperienza e sanare lo stato di crisi. Ahimè, la trasformazione di un paradigma ancorato nel tessuto sociale da millenni è un processo lento che richiede una forte volontà collettiva e quindi, per ora, è più vicina all'utopia che non alla realtà. Spostandosi dal collettivo al personale invece il proprio potere d'azione aumenta significativamente ed è possibile cambiare la propria vita in meglio. Il singolo può agire inserendo nuove parole, nuovi gesti, nuove abitudini nel proprio quotidiano per generare una vita più equilibrata per se stesso e le persone vicine. La legge del lavoro svizzera prevede che il datore di lavoro metta la salute del suo impiegato come priorità ma evidentemente o questo non accade o le misure prese non sono sufficienti. Assumersi la responsabilità di prendersi cura di sé stessi, della propria salute



di Keri Gonzato

fisica e psichica, e dell'equilibrio tra impegni professionali e vita privata deve essere una priorità per ciascuno. Ora ti starai chiedendo... da dove inizio? Inizia da piccoli passi, da piccoli cambiamenti che ripetuti nel tempo permettono di sanare il tuo sistema nervoso e di creare lo spazio necessario per sentirti bene.

## Meditazione

La meditazione permette alla mente di rallentare, calma il sistema nervoso e abbassa lo stress. La pratica regolare porta da uno stato interiore caotico a uno spazio di quiete, fiducia e focus. La buona notizia è che la meditazione è accessibile a tutti. Come dico nel mio libro sulla meditazione "Sconfinata Bellezza" non è necessario saper meditare per meditare, basta iniziare... Non si tratta di una pratica religiosa, né di un'attività da fare unicamente in un monastero isolato in cima ad una montagna. Si tratta di una pratica perfetta da fare a casa propria ogni giorno per 10/15/20 minuti, appena svegli oppure prima di dormire. L'invito è di inserirla nella propria igiene quotidiana, esattamente come ogni giorno laviamo i denti e facciamo la doccia.

Come iniziare? Puoi iscriverti a un corso di meditazione per apprendere le basi. Puoi creare un angolo comodo in casa con un cuscino e sperimentare le meditazioni guidate che trovi su YouTube, Spotify e App come Headspace. Puoi leggere il mio libro così come altri libri sulla tematica o puoi acquistare uno dei miei corsi "fai da te" completi di manuale e meditazioni guidate in italiano: <https://iomeditoconkeri.gumroad.com/>

## Movimento e sport come terapia mentale

Il movimento fisico, che sia arrampicata, lo yoga o il CrossFit, è una valvola di sfogo per le emozioni e le tensioni accumulate. Calma la mente, riduce stress e ansia, migliora l'umore e permette di prevenire stati depressivi e burnout. Non è necessario essere degli sportivi navigati o praticare a livello agonistico, allenarsi qualche ora a settimana al tuo ritmo è sufficiente per sentirsi già meglio.. Le attività di gruppo sono particolarmente consigliate per i benefici aggiuntivi della socializzazione e perché se organizzate e gestite da un allenatore aiutano molto nel superare le proprie barriere. Lo sport e il movimento stimolano la produzione della serotonina e delle endorfine, che fungono da veri e propri "medicinali" capaci di pacificare la mente, focalizzare i pensieri e di farci sentire più appagati e felici. Inserire spazi dove ogni giorno ti connetti al tuo corpo e lo muovi facendo qualcosa che ti piace cambia la qualità della tua vita.

**Inizia chiedendoti:** cosa mi piace fare? In base alla risposta inserisci nella tua routine settimanale attività specifiche che fanno al caso tuo e hanno il potere di offrirti uno spazio felice, distensivo, anti-depressivo e rigenerante.

• **Mi piace e mi rigenera muovermi per conto mio:** le attività che fanno per me sono la camminata, la corsa, il nuoto, la bici, ecc.

• **Mi piace e mi rigenera muovermi con un'esperienza lenta e guidata:** le attività che fanno per me sono yoga, pilates, ecc.

• **Mi piace e mi rigenera muovermi con un'esperienza di sfida e di intensità:** le attività che fanno per me sono arrampicata, il canottaggio, il CrossFit, le arti marziali, ecc.

• **Mi piace e mi rigenera muovermi in un ambito di gruppo, di squadra e di gioco condiviso:** le attività che fanno per me sono la pallavolo, il tennis e altri sport da racchetta, il calcio, l'hockey, lo spinning, corsi in palestra, ecc.

• **Mi piace e mi rigenera muovermi in un ambito di espressione creativa e artistica:** le attività che fanno per me sono le varie forme di danza, la pole-dance, la danza-teatro, la danza-terapia la Capoeira, la zumba, ecc.



## Contatto con la natura

È consigliato passare ogni giorno del tempo nella natura. Potresti decidere di andare al lavoro a piedi, passando attraverso il parco e fermarti 5 minuti a “respirare” la bellezza del lago al risveglio o goderti il tramonto sulla via del rientro. Potresti sfruttare la pausa pranzo per prendere un panino e mangiare al sole in un angolo verde. I fine settimana poi sono ideali per delle scampagnate nel verde che, alle nostre latitudini, non manca. Abbiamo la fortuna di vivere immersi nella natura, approfittiamone... È sufficiente pianificare il tempo e lo spazio mentale per godersi questi spazi meravigliosi che sono sempre a nostra disposizione a due passi da casa.

### I benefici delle immersioni nella natura

Anche la scienza lo conferma, passare del tempo nella natura ha un effetto regolatore sul sistema cardiaco e su quello nervoso. Passeggiare nei boschi e nei parchi calma e rinvigorisce la mente, il corpo e lo spirito. I colori, i suoni e l'armonia organica della natura nel suo insieme ha un effetto benefico sui nostri sensi. In Giappone lo Shinrin-yoku, un'immersione nei suoni e nei colori del bosco, è parte fondamentale delle cure preventive. “La sinfonia boschiva migliora l'umore, riduce ansia e depressione, rafforza il sistema immunitario e, tra le altre cose, facilita la connessione con sé stessi”, spiega Barbara Botticchio che guida delle esperienze di Shirin-yoku nei boschi ticinesi.

### I benefici del sole

È importante esporsi al sole perché il sole fornisce la vitamina D necessaria per la salute

delle ossa e del sistema immunitario. Inoltre, l'esposizione al sole può avere effetti positivi sull'umore e sulla produzione di melatonina. Prendere il sole, ovviamente senza eccessi, favorisce il rilassamento muscolare, fa bene alla pelle, mette allegria e allontana lo stress aiutando a dormire.

### I benefici del contatto con il terreno

Camminare a piedi nudi, così come sdraiarsi sulla terra, offre benefici stupefacenti. Il *grounding* o *earthing* è una pratica di *biohacking* che sfrutta la connessione diretta dei piedi nudi e del corpo con la terra per ottenere una serie di benefici per la salute. Riduce l'infiammazione nel corpo, migliora la circolazione sanguigna, calma e migliora la qualità del sonno. Il meccanismo d'azione del grounding si basa sulla capacità della terra di trasferire elettroni liberi al nostro corpo. Quando entriamo in contatto diretto con la terra, gli elettroni liberi presenti sulla sua superficie passano al nostro corpo. Tale contatto agisce come un potente antiossidante, in grado di neutralizzare i radicali liberi che sono molecole instabili a monte di numerose malattie. Il grounding, quindi, potrebbe aiutare a ridurre l'infiammazione e minimizzare il rischio di malattie croniche legate allo stress ossidativo.

### Dove e come praticare il grounding?

Concediti il brivido della libertà, da scarpe e calzini, camminando a piedi nudi nel giardino di casa, sulla spiaggia lungo il fiume o al lago, nel parco o nel bosco. Coinvolgi la tua famiglia e gli amici in quest'esperienza semplicissima, benefica e rigenerante. Concentrati sulle sensazioni dei piedi a contatto con la terra mentre cammini lentamente oppure sdraiati, ispira aria fresca e sull'espriro lascia andare ogni tensione.

*Keri Gonzato scrive per la rivista dei Sindacati Indipendenti Ticinesi da due anni ed è attiva come giornalista per la stampa svizzera da 15 anni negli ambiti cultura e società. Come esperta di comunicazione sviluppa progetti di comunicazione di divulgazione a largo spettro. Oltre alla carriera giornalistica e di comunicazione, da 10 anni, si occupa di studiare e condividere pratiche olistiche volte al benessere della persona (yoga, meditazione, danza terapia e percorsi di coaching individuali). Quest'anno ha pubblicato il suo primo libro sulla meditazione “Sconfinata Bellezza”, un manuale pratico che ha scritto e illustrato per avvicinare il pubblico ai benefici della meditazione (Maggio 2023). Lo trovi in vendita a Giubiasco alla libreria BelloMondo. A Lugano da Ashri Boutique, Libreria Segnalibro, Nordisk e Adytia.*

[keri.gonzato@gmail.com](mailto:keri.gonzato@gmail.com)

Instagram & Facebook: [@kerigonzato](#)

Corsi di meditazione online:

<https://iomeditoconkeri.gumroad.com/>

# Per il personale dello Stato una partita in (almeno) due tempi



di **Simona Genini**,  
deputata PLR

I sindacati hanno reagito con fermezza alla manovra di rientro annunciata dal Consiglio di Stato con il Preventivo 2024. Una prima occasione di protesta è stata quella di mercoledì 22 novembre in piazza Governo a Bellinzona, e forse altre seguiranno. Di per sé, ogni manifestazione politica civile è un evento del quale rallegrarsi, tanto più nel clima di indifferenza che oggi caratterizza la nostra società. La democrazia diretta svizzera vive finché la cittadinanza sceglie di uscire dalla fortezza (più o meno dorata) della sua vita privata, per impegnarsi in nome delle proprie convinzioni. D'altra parte, personalmente sosterrò, in Parlamento il messaggio governativo sul Preventivo 2024, e ho quindi il dovere di difendere la mia posizione di fronte alle molte voci di protesta che si sono levate – non solo contro le misure a carico del personale dello Stato. Bisogna essere molto franchi. I risparmi sul personale nel preventi-

vo 2024 possono far male, così come quelli in ambito sociale, ma la situazione delle finanze cantonali è davvero molto seria. Il Consiglio di Stato non ha fatto altro che prendere atto di questa situazione, e ha elaborato un piano equilibrato – tenendo conto dei vincoli imposti dal Gran Consiglio e dal popolo, che ha approvato l'articolo costituzionale sul freno al disavanzo e in seguito il cosiddetto "decreto Morisoli". Il margine di manovra a disposizione del Governo era molto esiguo. Il mandato conferitogli non si limitava a raggiungere un deficit pari a 40 milioni di franchi nel 2024: gli era infatti anche vietato aumentare le entrate, ribaltare oneri sui Comuni e intervenire sui sussidi a beneficio delle fasce più fragili della popolazione. Capirete che si trattava di un esercizio che, per difficoltà, assomiglia a un volteggio al trapezio (senza rete di sicurezza). Questa è la mia posizione sulla manovra finanziaria. I dipendenti dello Stato hanno però tutto il diritto di dissentire, e di protestare contro le misure che li riguardano. D'altra



parte, sarebbe bene tuttavia osservare il preventivo 2024 entro un orizzonte più ampio, e tenere conto anche delle altre sfide che si affacciano all'orizzonte. Per essere più chiari: i funzionari pubblici devono ricordare che oggi stanno giocando una partita più ampia per difendere le loro condizioni di lavoro, e che sono chiamati a mettere attentamente in ordine le loro priorità. Non va infatti dimenticato che, entro qualche mese, ci aspetta una votazione cantonale che sarà sicuramente molto combattuta. Per la prima volta nella storia del Ticino, il popolo sarà chiamato alle urne per un referendum finanziario, strumento che è stato introdotto nelle nostre leggi nel settembre del 2021. Il tema lo conosciamo bene tutti: l'istituto di previdenza del Canton Ticino (IPCT), meglio noto come Cassa pensioni dello Stato. Come ben sa chi legge queste righe, nella sessione parlamentare dello scorso mese di ottobre è stata approvata una soluzione che permette di mitigare l'effetto della riduzione del tasso di conversione sui capitali previdenziali. La proposta – frutto di lunghe e complesse trattative che hanno coinvolto anche i sindacati – prevede nuovi contributi per aumentare gli accrediti di vecchiaia, a carico sia del datore di lavoro sia degli assicurati. Per effetto del compromesso raggiunto fra le parti, il costo per il Cantone ammonterebbe a 14,6 milioni di franchi all'anno, ai quali si aggiungerebbero 3,2 milioni per i Comuni affiliati all'IPCT e 4 milioni per gli altri Enti affiliati. Nonostante il sostegno convinto dei sindacati alla soluzione approvata dal Gran Consiglio, questa votazione non sarà una passeggiata. Abbiamo avuto un assaggio degli argomenti dei contrari durante il dibattito parlamentare, e si prospetta una battaglia molto dura. Sentiremo fare appello

al «cittadino che paga le imposte», e alla «stragrande maggioranza della popolazione» che spesso ha «salari o rendite pensionistiche inferiori rispetto a chi lavora per lo Stato». Prepariamoci a un lungo e complesso lavoro di convincimento dell'opinione pubblica, che dovremo svolgere tutti insieme. Vista la difficoltà della sfida che ci attende, e qui torno alla discussione sul Preventivo 2024, faremo bene a dedicare qualche momento a una riflessione di natura strategica. Considerando anche la riduzione dei tassi di partecipazione a votazioni ed elezioni, e il dibattito ad alto tasso emozionale che si prospetta, non è affatto detto che radicalizzare il clima adesso si riveli la scelta più pagante.

Il rischio è di innescare una reazione popolare contraria, che finirebbe per mettere a rischio anche l'importante conquista ottenuta in Gran Consiglio, a favore dei dipendenti pubblici. Sarebbe un doppio peccato, dopo una lunga negoziazione che ha visto le associazioni del personale ottenere risultati di pregio a favore dei loro affiliati. Non sto invitando nessuno a mandare giù a forza il preventivo 2024 solo per salvare il compromesso sulle misure di compensazione previdenziali. Piuttosto, a dosare bene i toni, considerando il dibattito come una partita in (come minimo) due tempi. Sono sicura che, con il senso di responsabilità di tutti, riusciremo a dare vita a un confronto democratico sano, e magari anche a cogliere l'occasione per restituire un po' di meritato lustro all'impiego pubblico.

# Modifica parziale della LIPCT: una proposta equilibrata e sostenibile



di **Christian Vitta**,  
Consigliere di Stato

Il 17 ottobre scorso il Gran Consiglio ticinese ha approvato la modifica parziale della Legge sull'Istituto di previdenza del Cantone Ticino (LIPCT). Considerato che più di un terzo dei deputati presenti durante la decisione si è dichiarato favorevole alla referendabilità della spesa, il popolo sarà chiamato a esprimersi in votazione popolare.

Le principali modifiche che sono state adottate riguardano le misure di compensazione necessarie per salvaguardare, in parte, il livello delle pensioni assicurate ai dipendenti dello Stato e degli altri Enti affiliati all'IPCT (circa 17'000 persone) a seguito della diminuzione del tasso di conversione deciso dall'IPCT a partire dal 2024. La riduzione avrà luogo gradualmente sull'arco di 8 anni, trascorsi i quali il tasso di conversione si attesterà al 5.25%. Un confronto con le altre casse cantonali, mostra che l'aliquota di conversione media ammonta al 5.34%, dunque leggermente al di sopra del futuro tasso che l'IPCT intende raggiungere.

La diminuzione di questo tasso, senza misure di compensazione, avrebbe comportato una riduzione delle pensioni che avrebbe potuto raggiungere anche il 15%.

Il Consiglio di Stato e le organizzazioni del personale – SIT, assieme a VPOD e OCST - hanno quindi prontamente avviato la discussione per trovare soluzioni atte ad evitare tale riduzione.

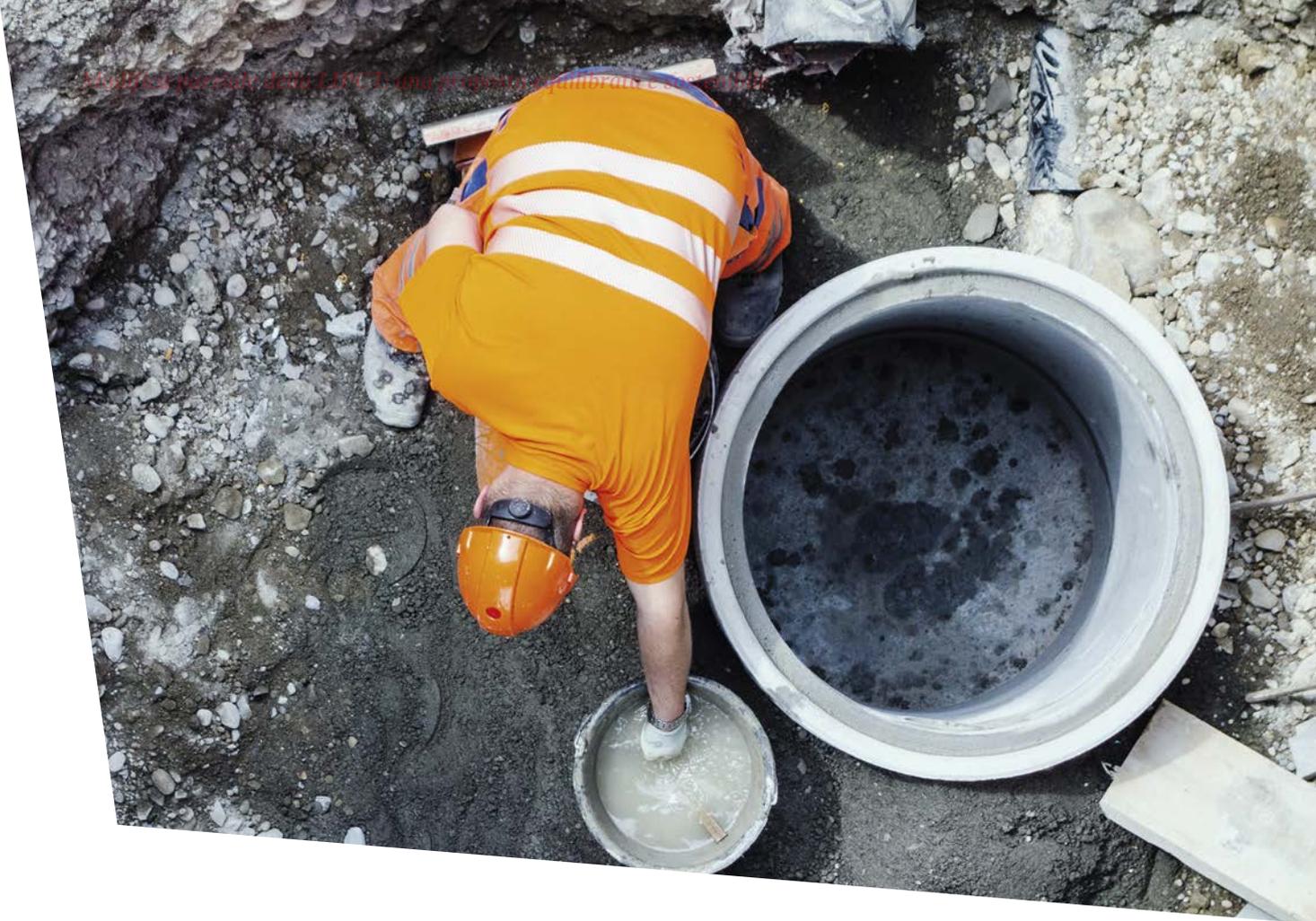
Partendo dalla premessa secondo cui la diminuzione del tasso di conversione è una realtà che si impone per questioni tecniche e di sostenibilità del sistema e dalla constatazione che applicando un tasso di conversione ridotto, la pensione in valore assoluto

non diminuisce se il capitale di vecchiaia accumulato è più elevato, le parti sono giunte a una soluzione concordata. Quest'ultima permette agli affiliati dell'IPCT di accumulare un capitale di vecchiaia maggiore rispetto ad oggi e mantenere così le future rendite in media con la realtà di altre casse pensioni pubbliche. In questo modo verrebbe assicurato un obiettivo di rendita di vecchiaia per le persone con una carriera lavorativa completa pari a circa il 47% dell'ultimo stipendio assicurato.

Nelle discussioni avute si è considerata l'attuale impostazione di ripartizione dei contributi fra datori di lavoro e assicurati, l'evoluzione prevista e la necessità di un intervento equilibrato così come fatto in altre realtà. Infatti, il tema della riduzione delle aliquote di conversione e l'introduzione di misure di compensazione, non sono una particolarità del nostro Cantone, ma bensì una realtà allargata ben presente in Svizzera, già affrontata da varie Casse pensioni, sia pubbliche che private.

In sostanza, l'accordo prevede un aumento dei contributi a carico sia dello Stato sia dei dipendenti, mantenendo praticamente invariata l'attuale suddivisione dei contributi totali (circa 60%-40%). Questa soluzione comporterà un onere supplementare per i datori di lavoro: circa 14 milioni di franchi all'anno per il Cantone e circa 7 milioni all'anno per gli altri Enti affiliati.

Anche l'IPCT farà la sua parte con delle misure di sua competenza - presentate in maniera dettagliata sul sito internet dell'Istituto - che adotterà, parallelamente alle misure previste nell'ambito della modifi-



ca della LIPCT. Grazie all'intervento della Cassa sarà possibile considerare le situazioni particolari che si possono presentare, riferite soprattutto a quegli assicurati che non possono accumulare il necessario capitale previdenziale supplementare perché il periodo che li separa dalla pensione non è sufficientemente lungo.

Dal 1° gennaio 2024 sarà inoltre possibile prelevare, come già avviene in numerose altre casse, l'intero capitale di vecchiaia, al momento del pensionamento garantendo in tal modo agli assicurati una maggiore libertà di scelta rispetto ad oggi.

Le modifiche della LIPCT poste in votazione prevedono anche alcune modifiche di carattere tecnico per mantenere aggiornato il quadro normativo di riferimento tenendo anche conto dell'evoluzione della legge sulla previdenza professionale a livello federale.

Ciò che più importa tuttavia, è che la modifica parziale della LIPCT, permette allo Stato di compensare, almeno in parte, la diminuzione del tasso di conversione, per mantenere un livello di rendita futuro pressoché invariato e in linea con la media di realtà simili all'IPCT e per mantenere l'attrattività dell'Ente pubblico quale datore di lavoro. In un periodo in cui da più parti si evidenzia la futura scarsità di manodopera, appare infatti indispensabile garantire condizioni d'impiego, fra le quali vi è anche il trattamento pensionistico, attrattive così da permettere allo Stato di essere competitivo sul mercato del lavoro, offrire posti di lavoro interessanti e invogliare personale qualificato e non a lavorare per l'amministrazione pubblica, risiedere sul nostro territorio e contribuire così alla crescita e al benessere del nostro Cantone.

# Mondo del lavoro

## A tu per tu con gli impiegati di oggi per sondare le preoccupazioni e le speranze



di Keri Gonzato

Da quanto tempo sei impiegato nel tuo lavoro attuale? Riesci a far fronte al carico economico o non è scontato? Quali aspetti della situazione economica attuale in Ticino e nel mondo ti preoccupano maggiormente? Cosati rassicura? Sono alcune delle domande che

abbiamo posto a due impiegati ticinesi in posizioni lavorative diverse una dall'altra. Le loro condivisioni ci offrono uno spaccato della vita degli impiegati tra timori attuali e speranze future...

### **Giulio M.**

*Head of Finance in una società attiva nel settore delle energie rinnovabili, 38 anni, Melide*

*Lavoro a capo della finanza presso una società che opera nel settore delle energie rinnovabili da gennaio 2023. Un'esperienza lavorativa che sta andando molto bene. Ho una famiglia con due bimbi piccoli e posso considerarmi fortunato poiché il mio impiego mi permette di far fronte agli impegni abbastanza serenamente. Per quanto riguarda la situazione economica attuale, in Ticino e nel mondo, gli aspetti che maggiormente mi preoccupano sono l'ignoranza generalizzata, il disinteresse e l'insostenibilità del modello finanziario incentrato sul debito e sulla crescita delle disparità sociali. Per il futuro del mondo lavorativo c'è la necessità di sviluppare nuove competenze in ambito tecnologico (ricerca, sviluppo, biomedicina, ecc.) e forse, purtroppo, una mancata risposta in questo senso da parte delle nuove generazioni cui la tecnologia è certamente cara ma in altri ambiti più legati a fini ricreativi e di socializzazione. Come evoluzione positiva mi piacerebbe vedere un impegno delle risorse per scopi più "alti" per un sistema e un progresso che mettano al centro l'ambiente e la sostenibilità su scala globale a discapito di nazionalità, credo religioso e quant'altro. Spero in un progresso tecnologico che faccia davvero fare un salto alla nostra civiltà che sia degno di questo termine. In realtà poche cose mi rassicurano in questo senso. Ci sono poche persone che scelgono la strada difficile e si impegnano veramente per migliorarsi e contribuire anche al benessere altrui. Spero che quelle poche persone riescano a fare la differenza. Un ruolo importante che spetta anche ai genitori per l'educazione delle nuove generazioni. Per quanto riguarda la mia occupazione premetto che sono molto contento di quello che faccio. Spero che mi continui a regalare soddisfazioni e crescita personale con nuovi business nel campo delle energie rinnovabili, alternative e con progetti di Nature Restoration. In Ticino spero si punti di più sulla meritocrazia. Nulla è da dare per scontato, bisogna guadagnarselo. Spero che le persone che ricevono un incarico siano le migliori considerando la totalità delle loro competenze e della loro attitudine così che tutti possano aspirare a dare il meglio e trovare la propria vocazione e utilità nel contesto globale.*

## Manuel

*falegname presso una ditta, 32 anni, Carona*

*Lavoro da dodici anni come falegname, mi piace il mio mestiere e voglio continuare in questo ambito. Come in ogni lavoro ci sono dei lati negativi e dei lati positivi. Tra i lati negativi c'è l'ernia del disco che è dovuta agli sforzi legati al mestiere. Per quanto riguarda la bilancia economica devo fare attenzione perché devo far quadrare l'affitto e le spese di base con eventuali spese inaspettate che possono farmi arrivare a fine mese molto tirato. Se ci fossero spese grandi non preventivate corro il rischio di non potervi far fronte. Con il costo della vita di oggi bisogna fare attenzione. Tra gli aspetti che più mi preoccupano c'è proprio il caro vita poiché i costi della vita continuano ad aumentare mentre i salari ristagnano. Costo del cibo, degli affitti, della benzina, ecc. aumentano mentre le entrate rimangono, nel migliore dei casi, le stesse. Con uno stipendio da CHF 5'000.- al mese da solo una volta vivevi veramente bene mentre adesso vivi "giusto" stando attento a non esagerare con le spese extra. Se guardo alla situazione dei lavoratori oggi noto che lavoriamo troppo per correre dietro a un sistema economico che mette tutti sotto pressione. Oltretutto siamo inseriti in un sistema economico e politico mondiale che riproduce disparità enormi. Secondo me bisognerebbe smettere di produrre così tanto e dare valore alla vera qualità ed ai valori di fondo. Sono preoccupato perché invece la tendenza è di farci lavorare sempre di più, con le pensioni spostate sempre più in là... per cosa in fondo? Questo paradigma del lavoro non porta nulla di buono. A livello psicologico ho la sensazione che la nostra generazione regga mentre mi preoccupano le nuove. Noto che nei nuovi apprendisti spesso manca lo stimolo e il pepe necessari per affrontare il mondo del lavoro e le sfide annesse. Come evoluzione positiva seguo quanto già detto... Spero in un aumento dei salari e nella diminuzione delle ore di lavoro per arrivare a un equilibrio più piacevole. Lavorare 4 giorni a settimana con 3 giorni di libero sarebbe l'ideale e poi ci vorrebbero più vacanze, 4 settimane all'anno non sono sufficienti. Nel mio caso per esempio ho 1 settimana a Natale e 3 obbligate ad agosto, quando chiude l'edilizia, mentre il resto dell'anno lavoro non-stop. Di sicurezze non ce ne sono molte. Ho cambiato diversi posti di lavoro in varie falegnamerie per via della carenza di lavoro e del fallimento delle ditte. Sento che capita a molti, il posto per tutta la vita o per lunghi periodi è sempre più raro. Personalmente amo il mio lavoro e ho l'intenzione di continuare a formarmi e a crescere in questo ambito, a seconda dei soldi a disposizione o di una ditta disposta a pagarmi la formazione. Il mio desiderio è che si possa vivere con meno stress, fare le cose bene con il tempo giusto. Correre troppo sta facendo male all'economia, al mondo e alle persone.*



# Reconquista spagnola e *Limpieza de Sangre*



di Joël Trotta,  
studente universitario

Tante crudeltà sono state inflitte nel tempo giustificate da retoriche di diversi contenuti, e una buona parte della storia medievale ha alla base la giustificazione religiosa, usata spesso come ideale per accompagnare le vere ambizioni territoriali, politiche e economiche. Alcuni di questi episodi avviarono processi sconosciuti ai contemporanei d'allora, ma che ancora oggi se ne vedono le tracce. È questo il caso della *Reconquista* spagnola e del concetto della *Limpieza de Sangre*.

Nel secolo VIII d.C. l'espansione islamica arrivò fino in Spagna, che passò in mano musulmana. Questi controllarono gran parte della penisola fino al tardo XV secolo. Durante questo periodo i musulmani instaurarono un regime inaspettatamente indulgente per quel tempo: non soppressero le religioni e le culture diverse dalla loro. Ebrei e cristiani furono accettati come *dhimmis*, cioè "persone del libro" (Corano), potevano praticare la loro religione e avevano la possibilità di vestire posizioni statali influenti. Emblematica è l'Andalusia che diventò una regione famosa per la tolleranza religiosa e lo scambio culturale; le università divennero importanti luoghi di trasmissione del sapere greco antico e della cultura islamica, adottando l'arabo come lingua accademica a scapito del latino. L'appetito e i vantaggi di questa cultura, ricca non solo a livello economico quanto anche a livello conoscitivo, fece convertire molti all'Islam, tanto che nel XIV secolo la grande maggioranza di popolazione musulmana nella penisola era di origine iberiche. Certo, non era tutto rose e fiori: sicuramente ci furono conflitti e rivalità, ma la tendenza (almeno istituzionale) seguiva la tolleranza e la convivenza.

I cristiani, minacciati dall'espansione dei musulmani, misero in atto dal XII secolo in avanti la *Reconquista* cristiana-spagnola della penisola iberica. Le ambizioni economiche, politiche e territoriali si celarono dietro la retorica della religione, impiegata vigorosamente dai capi spagnoli cristiani. Il Cristianesimo e la lingua furono usati per definire l'identità popolare: fornirono quel comun denominatore che separa "Noi" da "Loro" (non diversamente da quanto succede al giorno d'oggi). Quindi un amico si differenzia da un nemico sulla sola base di due fattori, i quali sono capaci però di riunire una regione sotto la stessa bandiera. E pensando, data la grandezza della penisola e la diversità delle culture che ci abitano, quali sono le altre possibili cose in comune? "Noi spa-



gnoli siamo cristiani e parliamo lo spagnolo, Loro no, quindi dobbiamo sottometterli”: forse in questo modo pensarono i cristiani. Così facendo, veicolata da questa retorica, la *Reconquista* si espanse commettendo crudeltà disdicevoli, ma sempre giustificate.

Molti, specialmente ebrei, si convertirono al Cristianesimo a seguito di violenze, pressioni e persuasioni e furono stigmatizzati come *Conversos* “convertiti”, ma ciò non bastava: data l’alta educazione dei *Conversos* (e si sa, l’educazione non piace ai regimi totalitari) presto essi subirono ulteriori atti di violenza e odio, anche se convertiti. L’anti-giudaismo raggiunse il picco nel 1492, quando il re Ferdinando di Castiglia e la regina Isabella d’Aragona emanarono un decreto nel quale vennero condivise teorie cospirazioniste

contro ebrei e musulmani e venne ordinata la loro espulsione dai territori spagnoli, a meno che non avessero rinnegato la loro fede. La conversione non voleva rappresentare solo una rinuncia religiosa, bensì anche una rinuncia alla propria cultura.

Durante il secolo dopo molte province spagnole emanarono certificati sulla *Limpieza de Sangre*, privando ai *Conversos* che non potevano attestare la loro “purezza del sangue cristiano” l’accesso a università, posizioni politiche e statali. L’intento sembrerebbe limitare il libero pensiero, i dibattiti e gli scambi tra diverse culture, che potenzialmente avrebbero potuto privare al Cristianesimo la sua egemonia. La *Limpieza de Sangre* è considerata da molte accademiche e accademici un punto di svolta nella storia mondiale: non è più l’atto della conversione spirituale che prova l’aderenza al cristianesimo, bensì il sangue, cioè qualcosa di fisico quasi predeterminato. Parlare di “razza” è tuttavia anistorico, poiché il termine fu introdotto durante l’Illuminismo e esso fa riferimento piuttosto alla pigmentazione della pelle, tuttavia in questo modo quasi “biologico” per dividere il “Noi” dal “Loro” ha indubbiamente fornito le basi del pensiero razzista. È anche interessante come la *Limpieza de Sangre* era facilmente comparabile e la sua importanza variava da regione a regione, che fa notare come queste “razze” siano solo un’idea, niente che esista al di fuori della logica cristiana.

La strumentalizzazione dell’odio, unita all’uso di ideologie per schernire ambizioni politiche e economiche, come il loro sfociare in quelle basi “scientifiche” che oggi sono caratteristiche del razzismo, sono strategie retoriche che si ritrovano dall’antichità fino ad oggi: sta a noi saper guardare con criticità cosa c’è dietro la facciata del discorso.



# Scommettiamo che...?

di Luca Sciarini

È stata una scossa, non fortissima come quella del 2006 o degli anni Ottanta, ma pur sempre una scossa. Un movimento tellurico nel mondo del calcio italiano, che ha avuto grande eco, come spesso accade, anche dalle nostre parti.

Il calcioscommesse, due parole che messe assieme creano a dir poco panico e ci riportano indietro nel tempo, stava riemergendo. O almeno, lo si credeva.

Le squalifiche del giocatore della Juventus Nicolò Fagioli (sette mesi lontano dai campi) e dell'ex milanista (ora al Newcastle) Sandro Tonali (dieci mesi), sembravano l'inizio di un ennesimo scandalo. E invece, almeno per il momento, l'emorragia sembra essersi arrestata.

I due giocatori, anche se si sussurra che ce ne sarebbero altri, sono stati scoperti a scommettere su delle partite, che per un calciatore professionista, è qualcosa di assolutamente vietato. Ancor di più se per farlo si utilizzano dei siti illegali, come nel caso dei due giovani campioni.

Fagioli addirittura è arrivato ad accumulare un debito di tre milioni di euro: una cifra importante, anche per un calciatore come lui, che l'ha costretto a chiedere dei prestiti alla malavita. Una brutta situazione che ne avrebbe addirittura messo a rischio l'incolumità, tanto che in una deposizione il giocatore ha detto che avevano minacciato di "rompermi le gambe".

Tonali, che aveva scommesso anche sul Milan, la squadra in cui militava, ha per sua fortuna sempre puntato sulla vittoria dei rossoneri. Fosse stato il contrario, se avesse scommesso sulla sconfitta della sua squadra, avrebbe facilmente calpestato il terreno minato dell'illecito sportivo.

Visti i due casi, il calcio italiano ha preferito usare la mano morbida e puntare su una giustificazione che in fondo intenerisce un po' tutti. Si chiama ludopatia, una malattia che porterebbe le persone a dipendere dal gioco d'azzardo, fino a diventare schiavi.

Fagioli e Tonali sarebbero due esempi di ludopatici ricchi e annoiati, di campioni affermati che avendo tempo e soldi, si sarebbero infilati in questo tunnel dal quale è poi



difficile uscirne. Ragazzi che adesso hanno assoluto bisogno di aiuto.

Una scappatoia giuridica (e medica) che ha permesso loro di evitare pene ben più pesanti, ma che non ha evitato alla Federazione italiana pesanti critiche.

Anche perché a scoperciare il caso non sono stati gli organi federali, ma un giornalista-fotografo, re del gossip, pluricondannato, come Fabrizio Corona, che per giorni era tornato a essere la vera attrazione dei talk-show della vicina penisola.

Andava in TV con la spocchia di chi avrebbe potuto ribaltare le sorti di un paese, di chi era pronto ad accendere la miccia di uno scandalo devastatore.

E invece, dopo questi primi due nomi, la valanga si è improvvisamente arrestata, in maniera anche un po' sorprendente, mentre tutti erano infatti convinti che la lista si sarebbe allungata. Possibile che in Italia, soltanto Tonali e Fagioli (si era scritto anche del romanista Zanioli, ma in quel caso era "soltanto" il poker) scommettano su partite di calcio? Sì, è possibile, ma poco probabile. C'è chi è convinto che Corona sia stato fatto tacere dalla procura, ma che in futuro tornerà a snocciolare qualche nome e chi invece pensa che il materiale che avesse tra

le mani, tra l'altro già da qualche mese, si sia esaurito. Il tempo ovviamente lo dirà.

Intanto lo sport si interroga e cerca di capire qual è il suo vero ruolo: non dovrebbe educare a sani principi? Certo, ma ormai è assodato e purtroppo accettato, che lo sport sia legato al mondo delle scommesse, che spesso ha foraggiato (e foraggia ancora) quello del calcio, attraverso diversi tipi di pubblicità. Anche se dal 2019 in Italia lo sponsor sulle magliette delle squadre è vietato, chiunque entri in uno stadio si accorge come tale interdizione sia facilmente aggirata e aggirabile.

I club, così come la federazione, il ministro dello sport e altri interlocutori, sembrano addirittura mostrarsi favorevoli ad abolire la norma, per tornare a ricevere denaro da chi gestisce le scommesse. Lo sport sembra averne troppo bisogno.

Invece di assumersi la responsabilità per quello che sta accadendo, le varie istituzioni hanno così preferito gettare la colpa su chi si fa contaminare dalla malattia, a cui poi si presteranno le cure del caso dopo l'immane e pesante processo mediatico.

Evitando così di recidere la radice del male e preparando di fatto il terreno per il prossimo scandalo. O malattia, che dir si voglia.

---

# La nostra famiglia

## *Felicitazioni e cordiali auguri*

a **Lisa Elizabeth Jenny Andrews** e **Ettore Müller** per la nascita del piccolo **Arturo John**;

a **Stefania** e **Alex Lovisetto** per la nascita del piccolo **Enea**;

a **Chiara** e **Matteo Lava** per la nascita della piccola **Gloria**;

## *Decessi*

Sentite condoglianze

ai famigliari della defunta **Cesira Giulietti**;

ai famigliari della defunta **Angela Bertini**;

ai famigliari del defunto **Leopoldo Pellegrini**;

ai famigliari del defunto **Andrea Benagli**;

ai famigliari del defunto **Bernard Dénervaud**;

ai famigliari del defunto **Alfonso Paganetti**

# Helsana

## Collettiva dei Sindacati Indipendenti Ticinesi

Dal 1961 offriamo agevolazioni attrattive sulla cassa malati per tutti i membri SIT e i loro famigliari. Tramite gli accordi stipulati dai Sindacati Indipendenti Ticinesi con la cassa malati Helsana, dal 1961, offriamo a tutti i soci e a tutti i loro familiari attrattivi vantaggi e convenienti agevolazioni sul premio di cassa malati!

La nostra broker, **Sig.ra Loredana Ghizzardi**, è volentieri a vostra disposizione per una consulenza personalizzata e per offrirvi le migliori coperture assicurative a condizioni e costi particolarmente favorevoli.

### La collettiva Helsana-SIT vi offre

- assicurazione cura medica e farmaceutica (LAMAL)
- assicurazioni complementari (LCA)
- prodotti all'avanguardia con ampie prestazioni
- agevolazioni su contratti pluriennali per assicurazioni complementari
- agevolazioni per famiglie
- assicurazione per la perdita di salario

Contattate immediatamente il nostro segretario a Locarno per risparmiare sul vostro premio di cassa malati Tel. 091 751 39 48

## I SOCI SIT BENEFICIANO DI...



### Assistenza giuridica e sindacale

L'assistenza giuridica e sindacale è accordata gratuitamente ai membri dei SIT.



### Sconto cassa malati Helsana

Riduzione di premio fino al 33% sulle assicurazioni complementari offerte dalla cassa malati Helsana.



### Consulenza fiscale

I SIT sono a disposizione dei loro affiliati per le compilazioni delle dichiarazioni fiscali a soli CHF 40.-.



### Prestazioni sociali

Assegno figli di CHF 100.- ad ogni nuova nascita, sconto vacanze e contributi per colonie estive.



### Abbonamento a Progresso Sociale

Gli iscritti ai SIT ricevono gratuitamente il periodico d'informazione sindacale "Progresso Sociale"



### Sconto benzina

Sconto di 4 centesimi al litro su prodotti benzina e diesel presso tutte le stazioni di servizio Eni-Agip in Svizzera e in Liechtenstein.



### Sconto Splash & Spa

Sconto del 20% sugli ingressi Splash & Spa di Rivera per tutti i soci e ulteriori 3 persone accompagnatrici (esibire tessera SIT alla cassa).



### Sconto Sport

Sconto del 10% per gli acquisti sportivi presso il negozio Decdo sportivi presso il negozio Decdo cycling di Ascona e presso il negozio 3R Sport di Mendrisio (esibire la tessera alla cassa).



### Contributo trasloco

Contributo di 150 franchi per trasloco (inviare la fattura al segretario SIT).



### Sconto Museo Vincenzo Vela

Entrata ridotta al museo e i suoi eventi, per i membri dei SIT (esibire la tessera sindacato alla cassa).



### Sconto Lido Locarno

Sconto su abbonamenti annuali o sulle 10 entrate, per fitness e balneare presso il Lido Locarno.



### Cassa disoccupazione

La Cassa cantonale di disoccupazione dispone di uno sportello presso i nostri uffici.

**SIT** Sindacati  
Indipendenti  
Ticinesi  
dal 1961

### PROGRESSO SOCIALE

#### Amministrazione:

Segretariato SIT  
Via della Pace 3  
6600 Locarno  
Tel. 091 751 39 48  
info@sit-locarno.ch  
www.sit-locarno.ch

#### Stampa:

Tipografia Cavalli, Tenero

#### Redattore responsabile:

Mattia Bosco

Il periodico è **gratuito**  
per gli aderenti SIT, SAST  
e LA SCUOLA.

Abbonamento annuo  
sostenitore da Fr. 20.-

### SINDACATI INDIPENDENTI TICINESI COLLETTIVE SIT - SAST

#### Orari degli sportelli:

lunedì - venerdì:  
09.00 - 12.00 / 14.00 - 16.00

#### Segretariato:

Via della Pace 3, 6600 Locarno

Segr. Cant.: Mattia Bosco