

MY

Generation

MY GENERATION edizione web del bimestrale d'informazione a cura del Coordinamento FABI Giovani. Registrazione Tribunale di Roma n. 209/2012 del 5 ottobre 2012 Direttore Responsabile: Lando Maria Sileoni

Il bimestrale young di



**LA VOCE DEI
BANCARI**
FEDERAZIONE AUTONOMA BANCARI ITALIANI

a cura del Coordinamento FABI Giovani

Novembre/Dicembre 2019

giovani@fabi.it

ATTUALITÀ

Ritorno dal futuro

RISCOSSIONE

Nuove figure professionali
in Agenzia delle Entrate

PERISCOPIO

La cravatta



Il momento **DEL SALTO**



SOMMARIO

Direttore Responsabile

Lando Maria Sileoni

Capo Redattore

Lodovico Antonini

Comitato di Redazione

Alessandro De Riccardis
Rosalia Acconcia
Gianluca Capuano
Davide Carlini
Carlo Curi
Alessandro Drago
Andrea Fanesi
Matteo Forzanini
Simona Marino
Vincenzo Persico
Daniele Scelta
Giovanni Zavattari

Collaboratori

Simona Sacconi

Grafica di copertina

Silvia Catalucci

Ricerca iconografica

Giuditta Romiti

Edizione web

Marco Ammendola

Impaginazione

Orione. Cultura, lavoro
e comunicazione

03

EDITORIALE

Il momento del salto

05

ATTUALITÀ

Ritorno dal futuro

07

RISCOSSIONE

Nuove figure professionali
in Agenzia delle Entrate

09

WELFARE

Fondi pensione negoziali

11

MUSICA & CONCERTI

Carote

12

LAVORI IN CORSO

Brand identity

14

PERISCOPIO

La cravatta

16

SPAZIO APERTO

Internet dipendenza

18

SPORT

Ancora tu, non mi sorprende lo sai

20

VIAGGI

Magico Natale a New York

23

CITAZIONI



Il momento DEL SALTO

Gli ultimi mesi hanno rappresentato per il nostro settore e per i bancari tutti un momento epico, di grandi difficoltà e scelte da intraprendere.

Molteplici sono i cambiamenti che ci hanno attraversato, a partire da nuove compagini governative, fusioni e creazioni di nuovi gruppi bancari, un nuovo modo di fare banca e un nuovo contratto collettivo nazionale da conquistare e difendere.

Ci stiamo avvicinando sempre di più al momento del salto, e proprio come un fantino con il proprio cavallo dovremo essere tutti in perfet-

ta sintonia per superare l'ostacolo nel modo migliore.

Non possiamo tornare indietro, nemmeno per prendere la rincorsa.

È il momento di nuove visioni e nuove prospettive e non possiamo lasciare a domani il doveroso contributo che dobbiamo dare oggi come organizzazione sindacale maggiormente rappresentativa del settore.

Questo lungo ed arduo percorso che ci sta portando adesso a decidere il futuro della nostra categoria, ha visto la FABI e le altre organizzazioni sindacali del settore in

prima linea a difesa dei lavoratori e delle lavoratrici, in una solitudine incomprensibile che vedeva contrapposte alcune controparti datoriali, l'opinione pubblica, spesso strumentalizzata dalle forze politiche, e chi probabilmente non conosce nemmeno la differenza fra un bancario ed un banchiere.

È necessario puntualizzare che i lavoratori sono stati solo vittime degli scandali bancari, costretti da scellerate pressioni commerciali a vendere prodotti tossici e, nonostante tutto, hanno pagato sulla loro pelle la mala gestio di alcuni top manager.

Noi, quindi, non possiamo esimerci dall'intraprendere una strada, qualunque essa sia e, come sosteneva Du Deffand, "La distanza non conta: è il primo passo che è difficile". La FABI il primo passo lo ha già fatto da tempo, quando ha presentato il nuovo modello di banca, e continua con lo stesso spirito ora, promuovendo un nuovo modello di sindacato, snello, pragmatico e decisionista.

Crediamo che il sindacato non si possa più limitare ad una semplice azione di protesta, ma dovrà avere un ruolo sempre di più dominante nelle fasi organizzative di ogni azienda.

In molti paesi europei è possibile, da diversi anni ormai, eleggere i rappresentanti dei lavoratori nei consigli di amministrazione, garantendo trasparenza nella gestione delle imprese.

Il grande problema che stiamo affrontando è che alcuni gruppi bancari considerano il lavoro solo un costo; per noi invece, nel futuro che stiamo disegnando, il lavoro dovrà avere una voce forte e chiara all'interno delle aziende.

La presenza co-decisionale dei lavoratori, garantirebbe democrazia ed equilibrio economico e metterebbe molti limiti alla finanza speculativa cui, nostro malgrado, siamo abituati.

È anche questo quello che intendiamo quando parliamo di partecipazione attiva e di confronto a tutti i livelli della contrattazione.

La storia della nostra categoria ci insegna che il coinvolgimento dei lavoratori è sempre stata per noi



CREDIAMO CHE IL SINDACATO NON SI POSSA PIÙ LIMITARE AD UNA SEMPLICE AZIONE DI PROTESTA, MA DOVRÀ AVERE UN RUOLO SEMPRE DI PIÙ DOMINANTE NELLE FASI ORGANIZZATIVE DI OGNI AZIENDA

una prerogativa indispensabile e l'altissimo tasso di sindacalizzazione dei bancari, (80 % circa), ne è la prova concreta.

Per questo abbiamo provato a guardare oltre l'ostacolo, licenziando qualche mese fa la nostra piattaforma rivendicativa del CCNL e provando a decidere insieme con i lavoratori come dovrà essere il contratto che vogliamo.

Sappiamo bene che le scelte che faremo, saranno determinanti non

sono per il futuro della nostra categoria, ma probabilmente anche per quello dell'intero Paese: ecco perché saremo noi a compierle assieme ai lavoratori e le lavoratrici che rappresentiamo.

Ebbene sì, dopo una lunga attesa, il momento del salto è quasi arrivato e non importa quanto sarà difficile affrontarlo.

D'altronde non esistono ostacoli troppi grossi, esistono semmai solo motivazioni troppo piccole. ■

RITORNO *dal* FUTURO

“Il futuro oggi per noi non ha forma, ne assumerà una in base alle scelte che faremo in questi anni”

L'Assemblea Nazionale FABI Giovani, svoltasi recentemente a Rimini, è stata un'occasione fondamentale per confrontarsi sulle tematiche più care ai giovani bancari. Con la sua presenza il Segretario nazionale, Mattia Pari, ci ha ricordato che la più grande responsabilità che riceviamo dai nostri iscritti è la loro fiducia, che dobbiamo conquistare e onorare con il massimo impegno ogni giorno.

Oltre 50 giovani sindacalisti hanno messo in campo nuove idee e proposte per valorizzare i giovani e il sindacato. Per sottolineare l'importanza delle idee dell'assemblea ne vorrei ricordare una un po' datata: il Fondo per l'occupazione.

Ideato in questa sede ed istituito nel 2012, grazie al Fondo è stato possibile assumere oltre 20.000 giovani nel settore, garantendo il ricambio generazionale ▶



attraverso l'occupazione stabile. Ci sono ancora risorse per nuove assunzioni, manca tuttavia la volontà da parte delle banche di utilizzarle; nel frattempo noi continueremo a difendere l'esistenza del Fondo per l'occupazione, nonostante le strane idee di qualche banchiere.

L'educazione finanziaria della clientela, la formazione del personale, il rispetto dell'accordo nazionale sulle politiche commerciali e un corretto approccio alle nuove tecnologie saranno i cardini che ci permetteranno di aprire le porte del futuro. La FABI dovrà essere protagonista in tutti questi ambiti per permettere, ad esempio, che la digitalizzazione si trasformi da una possibile criticità per l'occupazione, a un'opportunità per conciliare la vita privata e quella lavorativa.

La necessità di fare qualcosa per gli altri, il senso del dovere, il guardare oltre gli schemi comuni, sono stati gli elementi che hanno accomunato le numerose testimonianze dei presenti, che trovano sbocco nel sindacato dove, come nelle migliori squadre di rugby, l'*Io* trova la sua realizzazione nel *Noi*.

Il futuro previdenziale dei giovani bancari è stato ampiamente discusso nella giornata conclusiva, grazie all'intervento di Vincenzo Saporito, responsabile del Dipartimento Welfare della FABI, che ha risposto ai numerosi quesiti dei presenti e illustrato l'importanza delle scelte di oggi per garantirsi un futuro.

L'assemblea ha, infine, rivolto un ringraziamento a tutta la Segreteria Nazionale per il ruolo svolto nel rinnovo del Contratto Collettivo Nazionale ABI, confermando il sostegno e l'impegno di tutti in questa difficile trattativa.

Siamo giovani e non sappiamo su quale terreno, su quali strade o in quali piazze ci troveremo per cercare di afferrare il futuro. Sappiamo però che siamo pronti a farlo: insieme, compatti. ■

IL SEGRETARIO NAZIONALE, MATTIA PARI, HA RICORDATO CHE LA PIÙ GRANDE RESPONSABILITÀ CHE RICEVIAMO DAI NOSTRI ISCRITTI È LA LORO FIDUCIA, CHE DOBBIAMO CONQUISTARE E ONORARE CON IL MASSIMO IMPEGNO OGNI GIORNO





Nuove figure professionali in Agenzia delle Entrate

RISCOSSIONE

Opportunità di crescita professionale o solo fumo negli occhi?

I mesi scorsi l'attività sindacale ha raggiunto un grado di intensità elevato, soprattutto alla luce dell'importanza degli argomenti trattati e nella ricerca, di concerto con le altre sigle sindacali, della definizione di una linea unitaria in materia di "percorsi di carriera, nuove figure professionali e ruoli chiave". Questo è un confronto avviato e condotto dalla nostra FABI a tutto campo, con la consapevolezza che esistono, anche tra i colleghi più giovani, professionalità elevate e che le stesse in un periodo storico, contraddistinto da un'operatività incentrata sul servizio di consulenza reso nei segmenti della riscossione spontanea e del contenzioso della riscossione, debbano essere valorizzate.

Riscossione

Con preciso riferimento ai colleghi del contenzioso, operatività demandata fino a qualche anno fa in misura esponenziale a liberi professionisti esterni, va precisato che le recenti normative hanno inciso notevolmente sull'incremento della mole di lavoro interno.

Infatti, le recenti sentenze emesse dalle giurisdizioni tributarie, hanno visto soccombente Agenzia delle Entrate Riscossione, statuendo spesso l'invalidità degli atti di costituzione in giudizio e le controdeduzioni proposti dall'AdER (Agenzia delle Entrate Riscossione), qualora fossero state promosse da un avvocato del libero foro. Tali condanne hanno probabilmente spinto l'azienda a servirsi sempre più di personale interno e a costituire appositi uffici, che si occupassero direttamente di Costituzione Interna in Commissione Tributaria, capaci di redigere e depositare le memorie difensive, nonché di sostenere le nostre difese in giudizio. Decisione peraltro già prevista dal Decreto legislativo, 31/12/1992 n° 546, al comma 2 dell'Art. 11.

Se ne deduce che, se oggi AdER possiede nel proprio organico spiccate professionalità anche tra i più giovani in grado di porre in essere atti che per il passato sono stati redatti a titolo oneroso da professionisti esterni, i cui costi hanno gravato sui bilanci dell'ente, in virtù del notevole risparmio economico garantito dall'utilizzo di proprio personale sarebbe logico garantire un opportuno percorso professionale e il giusto inquadramento soprattutto per i colleghi provvisti di idoneo titolo.

A conforto e sostegno di quanto affermato in precedenza si deve inoltre tener conto dei due protocolli d'intesa sottoscritti da AdER nel 2017.

1) Il protocollo di collaborazione con l'Agenzia delle Entrate (che dispone già di un'avvocatura interna composta da funzionari adeguatamente inquadrati), che contiene una nuova impostazione nella gestione delle controversie riguardanti gli atti della riscossione incardinati nelle giurisdizioni tributarie.

2) Quello con l'Avvocatura Generale dello Stato che regola i rapporti con l'Ente per lo svolgimento del patrocinio da parte dell'Avvocatura nelle controversie innanzi al Consiglio di Stato e alla Corte di Cassazione a partire dal 1 luglio 2017.

La convenzione contiene al proprio interno la previsione che, qualora le cause si svolgano davanti ad autorità giudiziaria avente sede diversa da quella della competente Avvocatura, l'AdER può avvalersi di Quadri direttivi compresi nel proprio organico, ai sensi dell'art. 2 del RD n. 1611 del 1933, ovvero, nell'ipotesi in cui venga accertata l'assoluta impossibilità di avvalersi di dipendenti dell'ente, di avvocati del libero foro.

Analizzando il protocollo d'intesa, emerge un paradosso: in giudizio possono intervenire con idonea procura, solo dipendenti con il grado di Quadri direttivi, indipendentemente dal fatto che siano possessori di titolo professionale specifico (avvocati abilitati/laureati in giurisprudenza). La domanda a questo punto sorge spontanea: perché non garantire, essendo ormai entrati nell'alveo della pubblica amministrazione, in cui a certi uffici e mansioni si accede avendo prima di tutto un titolo di studio specifico, gli opportuni inquadramenti a quei dipendenti che svolgono delle attività altamente professionali?

Bene quindi sarebbe, l'istituzione di un'avvocatura interna, facendo ricorso ad un albo aziendale e utilizzando personale interno per l'esercizio delle attività di rappresentanza ex art. 41 D. lgs 112/1999. È un auspicio e anche una convinzione che la nostra organizzazione sindacale porterà avanti e per la quale sarà pronta a lottare con tutte le sue forze. ■



FONDI PENSIONE *negoziali*

**I DUE
VANTAGGI
PARTICOLARI
DEL LORO
UTILIZZO**



DEDUZIONE FISCALE E VERSAMENTO QUOTA AZIENDALE

Nei numeri precedenti abbiamo approfondito alcuni aspetti dei Fondi Pensione Negoziali. Costi di gestione, rendimenti, tassazione e deducibilità fiscale.

Oggi torneremo sull'aspetto della deducibilità fiscale dei contributi e parleremo anche di quello aziendale.

È possibile portare in deduzione dal proprio reddito imponibile i contributi versati a favore della previdenza complementare fino ad un massimo, per anno, di 5.164,57 Euro.

I contributi versati nella propria forma pensionistica hanno un grande beneficio immediato: abbattere l'imponibile fiscale ai fini IRPEF. I versamenti così sono sottratti dal reddito dichiarato prima che venga applicata l'aliquota pro- ▶





gressiva prevista, di conseguenza ci sono meno imposte da versare. Inoltre, il vantaggio fiscale lo si avrà anche al momento di andare in pensione, in quanto l'erogazione della prestazione (la liquidazione) avviene con tassazioni particolarmente agevolate.

Ulteriore vantaggio di aderire ad un fondo pensione negoziale è la presenza, grazie agli accordi tempo per tempo vigenti previsti nella contrattazione di secondo livello, di un versamento (lato datore di lavoro) nel fondo stesso. Ciò porta ad un aumento considerevole dell'importo finale accantonato.

Il versamento volontario al fondo pensione chiuso negoziale ci permette di beneficiare di alcuni vantaggi:

- la costituzione di una pensione complementare;
- l'abbattimento dell'imponibile IRPEF che ci permette di pagare meno imposte;
- una tassazione agevolata all'erogazione della prestazione;
- l'ulteriore versamento del datore di lavoro. ■



CHIUNQUE VOLESSE
PROPORCI ARGOMENTI
DA TRATTARE PUÒ FARLO
SCRIVENDO A giovani@fabi.it



CAROTE



“Carote, carote, solo carote...” forse a qualcuno come primo impatto sembrerà uno spot pubblicitario, ma si tratta del fenomeno musicale più chiacchierato degli ultimi mesi. Nuela, al secolo Emanuele Crisanti, è l’artista sedicenne che ha portato sul palco di X Factor le sue proposte tanto bizzarre quanto interessanti, lasciando tutti a bocca aperta. La sua audizione ha già raccolto oltre quindici milioni di visualizzazioni ed ha diviso l’opinione degli ascoltatori. Da un lato ne è stata decantata l’originalità, dall’altro è stata evidenziata una mancanza di contenuti, o al più la presenza di contenuti del tutto surreali. *Carote* nasce senza alcuna pretesa, scritta in dieci minuti durante un tragitto in auto, ma forse è lì che risiede la sua capacità di far presa. È la semplicità ridotta al suo stesso osso. Non vuole veicolare un messaggio specifico: ha come unico interesse quello di potersi ripetere all’infinito senza stancare mai, tanto è leggera. Il fenomeno merita di essere analizzato perché potrebbe rappresentare la nascita di un nuovo filone che, ponendosi in parallelo con i generi musicali già conosciuti, baserebbe la propria efficacia non tanto su degli strumenti o dei temi e tempi specifici, quanto su un nuovo modo di concepire il testo musicale, indebolendone all’estremo la chiave emotiva a favore della facilità di consumo. La musica è specchio della società che la concepisce e la vive. Ci sono ancora molti cori contrastanti sul valore artistico di questo brano, certo è che al momento ha catturato l’interesse di tutti. “Ai posteri l’ardua sentenza”.



BRAND IDENTITY

La carta vincente è l'evoluzione continua

Uno dei più importanti obiettivi delle aziende di maggior prestigio è sempre stato la creazione di un brand attraente, in grado di saper costruire una storia che possa durare nel tempo e nella quale il consumatore possa sempre rivedersi.

E se la creazione di una identità aziendale è un affare assai complicato, lo è probabilmente ancor più cercare di migliorarla nel corso del tempo. In una società consumeristica, dove il “nuovo” diventa una “*conditio sine qua non*”, un brand aziendale forte deve appunto sapersi adattare a situazioni differenti e mutevoli nel tempo. Da un lato, dunque, mantenere le proprie radici salde, dall'altro capire quando è opportuno cambiare, o per meglio dire migliorare.

Del resto, il modo in cui una azienda è percepita sul mercato può ap-

punto trasformarsi nel corso degli anni: è il mercato che detta tempi e di modi di presentarsi allo stesso. Ma cosa significa dover cambiare e, soprattutto, quali i possibili mezzi a disposizione? Cambiar vuol dire saper evolvere insieme col proprio target, significa cercar di capire quando è il momento di rivisitare, per esempio, i propri canali di comunicazione, o crearne altri

nuovi. Ma anche un messaggio può essere trasformato. Non è un venir meno alla propria essenza originaria, quanto piuttosto declinare in modi differenti la propria proposta, anche se questa rimane la stessa nei principi e nelle intenzioni. Le generazioni cambiano, e con esse, si declinano nuovi modelli di consumo, e, nel senso più alto del termine, nuovi stili di vita. A volte ►

SAPERSI ADATTARE A CONTESTI DIFFERENTI, MANTENENDO UN RAPPORTO EMPATICO CON I PROPRI CLIENTI: SEMBRA QUESTA OGGI L'UNICA STRADA PERCORRIBILE DAI BRAND AZIENDALI PER VINCERE SUL MERCATO



basta poco: un semplice restyling del marchio già può rappresentare un elemento di nuova vivacità e freschezza. Spesso “aggiornare” graficamente il proprio marchio spaventa, per questo lo si fa generalmente quando si devono comunicare cambiamenti importanti nelle strategie aziendali.

Ma non di solo logo vive un’azienda... Tutto è comunicazione, e tutto può rappresentare novità. Oggi ad esempio le nuove generazioni cercano soprattutto empatia, l’azienda diventa un’unica anima fatta da più persone, dipendenti, clienti e personaggi carismatici che vi ruotano attorno, tutti in un’unica interazione. Come poter cercare allora una nuova empatia

col cliente? Accostando il nome dell’azienda a persone ritenute opinion leader carismatici, in grado di rappresentare con la propria figura le caratteristiche e i valori aziendali. Persone magari interne all’azienda, ma anche esterne, l’importante è che abbiano l’autorevolezza riconosciuta del mercato di riferimento.

E poi ci sono tutti i canali di comunicazione, da quelli online, a quelli offline. Lo stesso messaggio aziendale non può essere declinato allo stesso modo su canali differenti. Le peculiarità di un “mezzo” come Facebook, ad esempio, non sono quelle di Instagram, né tantomeno quelle di un manifesto, o di una pubblicità televisiva.



La storia di un brand può cambiare e le sue radici possono trasformarsi. L’idea di famiglia che Barilla promuoveva negli anni ’80 non è quella che l’azienda oggi promuove. I messaggi cambiano, il consumatore evolve, e il brand, anche quello più strutturato e vincente, non può crogiolarsi nei successi del passato, se appunto vuol continuare a imporsi sul mercato. ■



La CRAVATTA

DI SOLITO NON C'È NULLA
DI INTERESSANTE,
MA QUEST'ANNO SULLA
INTRANET DI ALCUNE BANCHE È
COMPARSATA UNA FONDAMENTALE
COMUNICAZIONE DAL TITOLO
ALTISONANTE E MOLTO
IMPRONTATO SUL WELFARE:
UN'ESTATE SENZA CRAVATTA

In estate, prima delle meritate ferie, leggiamo le ultime mail, impostiamo la risposta automatica e cerchiamo di leggere velocemente le comunicazioni aziendali sulla intranet, per partire così con la coscienza pulita e lo schermo privo di fastidiosi messaggi che lampeggiano.

Di solito non c'è nulla di interessante, ma quest'anno sulla intranet di alcune banche è comparsa una fondamentale comunicazione dal titolo altisonante e molto improntato sul welfare: un'estate senza cravatta.

In banca, ormai, veniamo informati (o meglio indottrinati) su qualsiasi cosa.

Sappiamo chi viene promosso, chi viene assunto e chi va in pensione tramite la comunicazione sulla bacheca elettronica del nostro pc.

Abbiamo i maestri di mestiere che ci trasmettono il loro sapere.

A gennaio, mentre smontiamo l'albero di Natale, siamo cordialmente invitati a programmare le ferie con rapidità estrema, per evitare di andare oltre l'Epifania... che altrimenti le porta via.

Ma quest'anno, ci hanno anche indicato come vestirvi d'estate. Ovvero senza cravatta. Be' tranquilli, hanno limitato la comunicazione ai soli uomini e, aggiunge-rei, per fortuna. Le nostre colleghe almeno per ora, non dovranno sacrificare alcun indumento.

Che cosa pensare dunque cari colleghi?

È certamente molto importante e sentito il tema del riscaldamento globale e per fronteggiarlo al meglio, ci consigliamo di togliere la cravatta, così avremo meno caldo e non saremo costretti ad utilizzare il climatizzatore come facevamo prima.

Ma certo, ma certo!!! Perché non ci abbiamo pensato anche noi?

La cravatta, sovrapponendosi alla camicia, crea una indubbia e fastidiosa sensazione di caldo e oppressione. Sarà per questo che il CCNL del nostro settore non la menziona mai, lasciando al dipendente bancario la libertà di **non** indossarla.

Era così semplice, aiutare il pianeta e dare il nostro contributo! Via la cravatta e via il surriscaldamento globale!

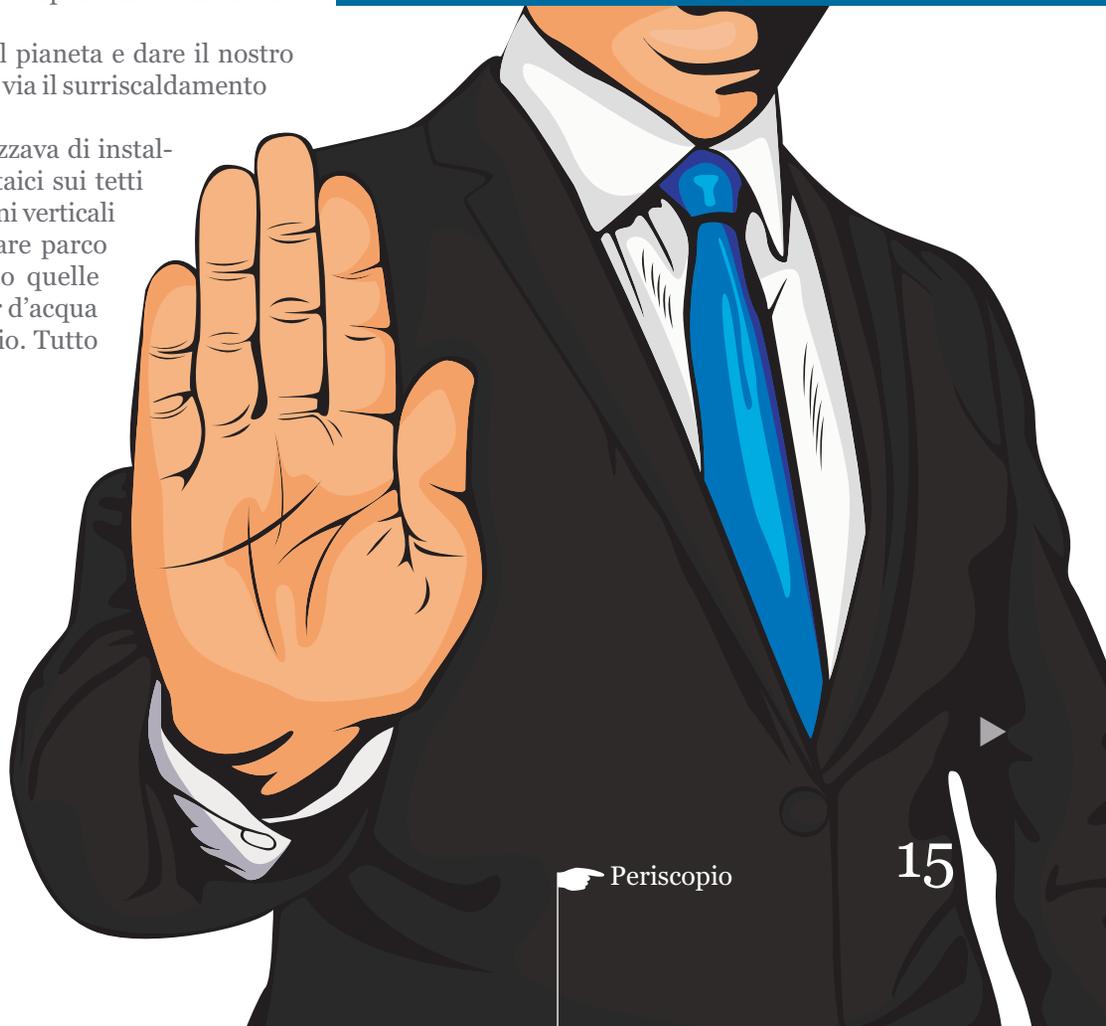
Pensare che qualcuno ipotizzava di installare pannelli solari/fotovoltaici sui tetti delle filiali... Adottare giardini verticali negli uffici in città. Cambiare parco auto aziendali, acquistando quelle elettriche. Usare i dispenser d'acqua e borracce termiche d'acciaio. Tutto superfluo.

Onestamente comunicazioni come questa lasciano forti dubbi e un senso di smarrimento. Se questi sono i problemi fondamentali in banca, siamo messi molto male, ma tutto ciò ci fa porre una domanda: "Nei prossimi mesi, come ci vestiamo?"

Speriamo in una prossima comunicazione aziendale, così sapremo cosa indossare, cosa fare, dove andare, chi salutare, cosa pensare...

Intanto, slacciatevi la cravatta. ■

LA CRAVATTA, SOVRAPPONENDOSI ALLA CAMICIA, CREA UNA INDUBBIA E FASTIDIOSA SENSAZIONE DI CALDO E OPPRESSIONE





INTERNET *dipendenza*

Il mondo della comunicazione di massa è stato rivoluzionato da internet che ha reso possibile la globalizzazione delle informazioni sempre più veloci e in tempi reali. Se da un lato questa tecnologia ha portato vantaggi non immaginabili fino a qualche tempo fa, tuttavia il suo abuso, specie tra i giovani tra i 15 e i 40 anni, ha dato vita a nuove patologie psicologiche e fisiche cui la comunità scientifica internazionale cerca di porre rimedio. Viene chiamato “Internet Addiction Disorder” (disturbo da dipendenza da Internet) paragonabile a una

vera e propria tossicodipendenza. Infatti, chi ne soffre, dietro l'anonimato, trascorre oltre sei ore connessi alla rete cercando una quantità di informazioni esagerata e controllando di continuo mail o partecipando a chat, gruppi virtuali, giochi on line, facendosi fagocitare da idee e fantasie che lo disconnette dalla vita reale. Questa frenesia aumenta sempre di più fino a diventare una vera e propria patologia con sintomi di astinenza dall'uso del web come ansia, agitazione, disturbi del sonno. Infatti, è provato da diversi stu-

di scientifici che l'abuso di nuove tecnologie interessa negativamente i circuiti cerebrali causando una sovra stimolazione sensoriale che altera il ritmo sonno-veglia. I ragazzi con forte dipendenza da smartphone presentano una alterazione dei fasci di connessione cortico-subcorticali e non è inusuale che spesso avvertono le “vibrazioni fantasma” ossia il falso allarme di avere percepito una chiamata o un messaggio sul cellulare. In Italia 300 mila ragazzi tra i 12 e i 15 anni sono dipendenti da internet e i dati ISTAT confermano che ►

il 95% dei giovani tra i 14 e i 19 anni fanno uso di telefonini e smatphone col rischio che, se ne abusano, potrebbero compromettere la loro vita scolastica e perdere l'opportunità di curare aspetti importanti della propria personalità, come la maturazione delle emozioni in ambito affettivo e relazionale.

I ragazzi esposti a queste micro-stimolazioni tendono a rimanere sempre in uno stato di all'erta con conseguenze negative sulla memoria, sull'attenzione e i ritmi del sonno.

Dietro questo comportamento vi è il tentativo di riempire un vuoto esistenziale dovuto a difficoltà relazionali, solitudine, stress, conflitti interpersonali, insicurezze, crisi e tante altre motivazioni che li portano a trovare soddisfazione nel mondo virtuale del web, a discapito della famiglia, delle relazioni sociali, degli affetti, e dello studio, che vengono regolarmente trascurati. Il senso di soddisfazione che si prova in questa trappola virtuale non consente agli internet-dipen-

denti di riconoscere di avere questa patologia e solo se stimolati dai familiari o dagli amici accedono alle cure psicologiche.

Altro aspetto da non sottovalutare è l'uso del tablet da parte dei bambini. Essendo il tablet interattivo, può modificare la percezione reale, innescando un tipo di apprendimento differente da alcune informazioni cognitive e di memoria a discapito di altre. I bambini non dovrebbero avere accesso alla tecnologia se non dopo i 12 anni.

I rimedi e la prevenzione per questa patologia sarebbero quelli di utilizzare il telefonino o lo smatphone un'ora al giorno e mai superare le due ore e di tenerli spenti prima di andare a letto.

Togliere il cellulare prima di dormire aiuta a evitare i disturbi del sonno.

Inoltre, la psicoterapia di gruppo si è rivelata uno degli strumenti più validi per uscire dal tunnel.

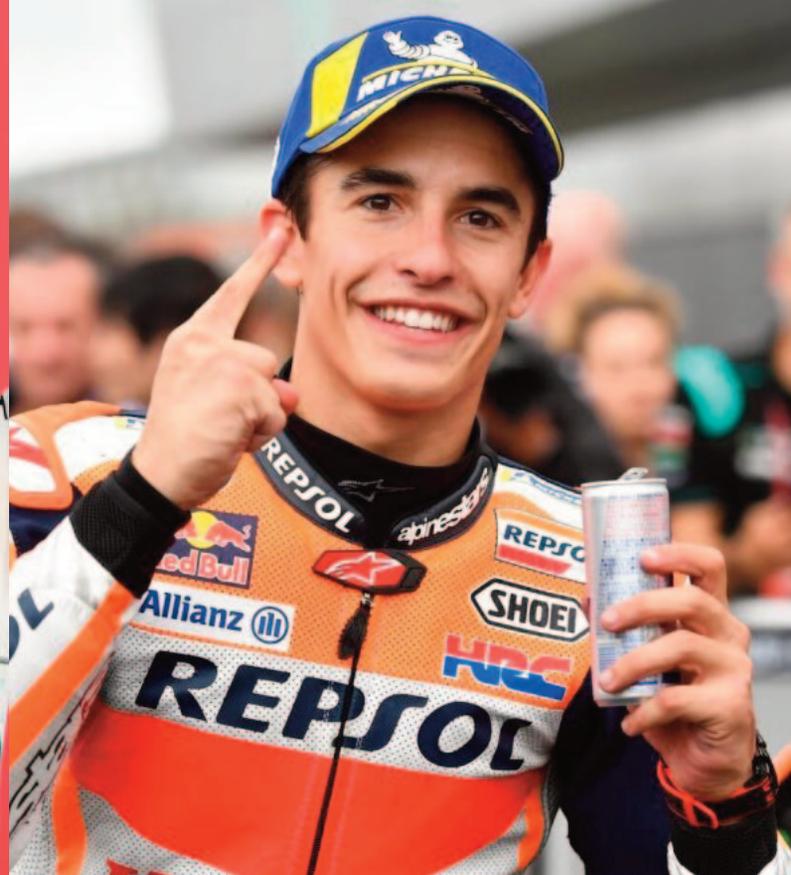
Il confronto con gli altri, la presa di consapevolezza delle proprie capacità e una rinnovata fiducia ad affrontare la realtà possono disinnescare il pericolo del non ritorno. ■

I RIMEDI E LA PREVENZIONE PER QUESTA PATOLOGIA SAREBBERO QUELLI DI UTILIZZARE IL TELEFONINO O LO SMARTPHONE UN'ORA AL GIORNO E MAI SUPERARE LE DUE ORE E DI TENERLI SPENTI PRIMA DI ANDARE A LETTO

il 95% dei giovani tra i 14 e i 19 anni fanno uso di telefonini e smatphone col rischio che, se ne abusano, potrebbero compromettere la loro vita scolastica e perdere l'opportunità di curare aspetti importanti della propria personalità, come la maturazione delle emozioni in ambito affettivo e relazionale.

I ragazzi esposti a queste micro-stimolazioni tendono a rimanere sempre in uno stato di all'erta con conseguenze negative sulla memoria, sull'attenzione e i ritmi del sonno. Dietro questo comportamento vi è il tentativo di riempire un vuoto





ANCORA TU

non mi sorprende lo sai

O meglio, ancora voi. Abbiamo riposto in soffitta gli scatoloni contenenti le immagini più belle e significative dei Mondiali di Formula1 e Moto GP 2019 e anche quest'anno la ruota (è proprio il caso di dirlo) è girata sempre nello stesso senso.

Non ci sono più aggettivi per definire la grandezza di questi due fenomeni, dominatori assoluti negli ultimi anni delle rispettive discipline sportive. Con questo siamo a 6 titoli Mondiali conquistati da Lewis Hamilton e 8 (6 in Moto GP) per Marc Marquez, numeri pazzeschi, degni dei più grandi di tutti i tempi, basti

pensare che per quel che riguarda la Formula1 solo Michael Schumacher ha fatto meglio (7 titoli) del pilota Inglese e nel Motomondiale lo spagnolo sta frantumando record su record, diventando il pilota più giovane di sempre ad aver vinto sia 8 titoli iridati che 6 nella classe regina.

Ma come spiegare questa marcata superiorità rispetto ai propri rivali? Certo guidano mezzi che, per caratteristiche, sono costruiti intorno a loro dalle scuderie di appartenenza, a discapito dei propri compagni di squadra. È innegabile, infatti, che La Honda abbia in-

canalato tutte le proprie energie per garantire a Marc di avere una moto adatta alle sue peculiarità di guida, che sono decisamente particolari rispetto a quelle degli altri piloti del team. Così come del resto accade a Lewis, spesso favorito per quel che riguarda assetto della monoposto e strategie di gara da parte della Mercedes. Ma se i team si 'piegano' al volere dei due è perché sono consapevoli di avere a disposizione dei mostri della guida, due cavalli di razza purissima con i quali diventa quasi semplice centrare l'obiettivo grosso a fine anno.

Un parallelismo che, oltre ai risultati ottenuti dai due, può riscontrarsi anche nella sfera caratteriale. Preparazione, disciplina, allenamento continuo e costante e soprattutto tanto talento e un po' di 'pazzia' (che nel mondo dei motori è una caratteristica non trascurabile), quella positiva, quella che non ti fa fare calcoli in pista e che ti spinge a voler primeggiare in ogni gara anche a titolo ormai acquisito. Sia Hamilton sia Marquez sono spinti da quel fuoco interiore che solo pochi piloti o sportivi in generale possiedono, quella fame insaziabile di vittoria che marca un ottimo atleta con le stigmate del campione. Una voglia talmente grande di dimostrarsi i migliori da spingere Marquez a lanciare la sfida ad Hamilton per un duello in pista sia sulle due che sulle quattro ruote (l'inglese ha prontamente accettato, ma non c'era da aspettarsi altra decisione).

Infine, per non farsi mancare proprio nulla, entrambi sono 'antipatici' a molti a causa di atteggiamenti a volte arroganti nelle dichiarazioni o prepotenti in pista (ma si sa, chi vince è sempre un po' antipatico no?).

Detto ciò, indipendentemente dall'opinione 'caratteriale' che ognuno può avere riguardo a questi due campioni o del tifo personale, non possiamo che continuare a celebrarli per quanto hanno fatto, fanno e di certo faranno ancora negli anni a venire, ringraziandoli per le emozioni che sanno regalarci e per l'esempio di professionalità al quale i giovani piloti possono ispirarsi. ■

SE I TEAM SI 'PIEGANO' AL VOLERE DEI DUE È PERCHÉ SONO CONSAPEVOLI DI AVERE A DISPOSIZIONE DEI MOSTRI DELLA GUIDA, DUE CAVALLI DI RAZZA PURISSIMA





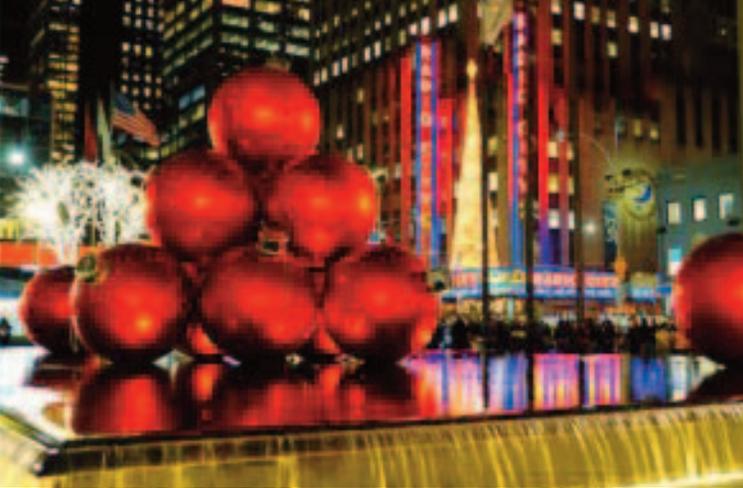
Magico Natale a

NEW YORK

FESTEGGIARE IL NATALE A NEW YORK È UNO DEI SOGNI PIÙ DESIDERATI DA TUTTI I VIAGGIATORI, AMMALIATI DALLE LUCI, DALLA MUSICA E DALLA PALLA LUMINOSA CHE DAL 1907 SCANDISCE LA MEZZANOTTE

Ovvviamente, numerosi sono i musei che ci riserva la città, dal MoMA al Metropolitan Museum, senza dimenticare il Guggenheim che vi consiglio di andare a visitare, anche se in questo articolo voglio concentrarmi sulla magia del Natale.

La prima cosa che vi consiglio come sempre è quello di passeggiare per la città senza una meta ben precisa per farsi rapire dall'atmosfera. Devo dire che nel periodo natalizio New York offre un'atmosfera pazzesca, la stessa che fin da bam-



***Central Park: qui
il caos della città rimane
fuori e, passeggiando
nelle sue stradine in
parte innevate,
possiamo solo trovare
pace e serenità***

bini abbiamo respirato nei tanti film che ci hanno accompagnato. Per prima cosa vi consiglio di andare, una volta tramontato il sole, sulla terrazza dell'Empire state building da dove poter ammirare lo splendido sky-line della città. Da lì si cammina fino al Rockefeller Center dove degli splendidi angeli illuminati ci annunciano l'albero di Natale più famoso al mondo. Il giorno seguente ci dirigiamo alla Fifth Avenue dove possiamo ammirare splendide vetrine come quelle di Tiffany e rimanere incantati dalle pazzesche vetrine animate di Bergdorf&Goodman, proseguiamo fino ad arrivare al Central Park.

Qui il caos della città rimane fuori e, passeggiando nelle sue stradine in parte innevate, possiamo solo trovare pace e serenità. Continuiamo il nostro passeggio verso la Wallman Ice Skate Ring, la celebre pista di pattinaggio all'interno del parco e, se la fortuna vi sorregge, potete scattarvi una foto cartolina mentre pattinate sotto la neve. La sera decidiamo di andare a vedere uno dei tanti musical nei teatri di Broadway, una delle vie più antiche di tutta New York. Compriamo i carissimi biglietti per "La famiglia Addam's" al botteghino dei last minute. Devo dire che un mu-

sical così ben organizzato non mi era mai capitato di vederlo: la qualità degli attori-cantanti era altissima e pensare che in una sola strada si concentrano decine di teatri fa capire le potenzialità di New York. Presi dalla fame ci dirigiamo al Bubba Gump Gamberi bel ristorante di pesce ispirato al celebre film Forrest Gump dove cameriere in stile anni '60 ci servono splendidi drink e gamberi preparati in ogni maniera. Ora con un paio di drink nello stomaco siamo pronti per an-



Il Natale a New York è un'esperienza bellissima. Da fare almeno una volta nella vita. L'atmosfera festiva si respira in strada e la folla festosa che rende difficoltoso perfino camminare è quasi un piacere

dare a riposare e prepararci al capodanno.

Il 31 dicembre è un giorno particolarmente caotico a New York, sembra che il mondo si sia riversato qui per festeggiare con altri milioni di persone il nuovo anno. Ci consigliamo di andare a Time's Square

subito dopo pranzo per poter accedere all'area off-limits prima che venga chiusa. Già alle 14 tantissime transenne e controlli stanno bloccando i flussi di persone che vi si dirigono. Molti sono i cantanti che si alternano e rallegrano la serata, che devo dire però risulta essere molto stancante per via del clima e delle tante ore in piedi, alle 23:59 la protagonista diventa la celebre New Year's Eve Ball, inizia la sua veloce discesa e alla mezzanotte si illumina, facendo inondare la piazza di coriandoli, fuochi d'artificio e giochi di luce.

Il primo dell'anno decidiamo di passarlo ad Harlem per assistere ad una messa gospel. Abbiamo fatto un po' tardi ed entriamo in una delle tante chiese dislocate nel quartiere. Veniamo subito notati in quanto gli unici vestiti con giacconi e pile colorati, mentre tutta la folla ha degli eleganti completi in velluto

blu. La comunità ci accoglie e ci ospita nelle prime file. La messa devo dire che è molto coinvolgente con i suoi bellissimi canti gospel, e nonostante la durata quasi infinita (4 ore!), è molto sentita da parte di tutti, sia grandi sia piccini.

Finita la messa alle 15, andiamo a mangiare nello storico ristorante Sylvia's, un'istituzione della domenica afro-americana di Harlem, dove mangiare cibo tipico tra musica gospel dal vivo e la cordialità tipica delle famiglie afro-americane.

Devo dire che il Natale a New York è un'esperienza bellissima. Da fare almeno una volta nella vita. L'atmosfera festiva si respira in strada e la folla festosa che rende difficoltoso perfino camminare è quasi un piacere. Le luci, i regali i colori che ci avvolgono insieme a tanta religiosità ti fa pensare che davvero New York in questo periodo sia avvolta da una speciale magia. ■

*“La vita e i sogni
sono fogli dello stesso
libro: leggerli in
ordine è vivere,
sfogliarli a caso è
sognare”*

Arthur Schopenhauer

STOP ALLA VIOLENZA SULLE DONNE



CHI PICCHIA
UNA DONNA
NON È
UN UOMO





**LA VOCE DEI
BANCARI**
FEDERAZIONE AUTONOMA BANCARI ITALIANI

Natale

***Non ho voglia
di tuffarmi
in un gomitolo
di strade.
Ho tanta
stanchezza
sulle spalle.
Lasciatemi così
come una cosa
posata in un angolo
e dimenticata.
Qui non si sente
altro che il caldo
buono.
Sto con le quattro
capriole di fumo
del focolare.***

Giuseppe Ungaretti
Vita d'un uomo. Tutte le poesie
(Mondadori, 2009)

Buon Natale a tutti!



www.fabi.it
TUTTE LE RISPOSTE IN UN CLIC