

Padri tra figli e professione

Tempo parziale al

La Società degli impiegati del commercio lancia un concorso per uomini che meglio conciliano lavoro e famiglia grazie al tempo parziale, modello poco diffuso in Ticino, come dimostrano questi padri attenti ma in carriera.



Claudio Moro, dirigente d'azienda e presidente SIC Ticino

«Quando ero ancora sindaco - ricorda Claudio Moro, padre di tre figli di 7, 5 e 3 anni - una sera stavo per uscire e il mio primogenito, che aveva 3 anni, mi chiese: "Ma anche stasera hai una riunione!?"». Ridurre l'impegno politico è sempre possibile, sul fronte professionale è più difficile. «Ora la sera e i finesettimana sono più spesso in famiglia. Abitando vicino all'ufficio, a volte riesco a rientrare per pranzo e ad accompagnare i bimbi a scuola». Quella di Moro è dunque una famiglia tradizionale: «È stato naturale per mia moglie occuparsi a tempo pieno dei figli. Ora sta rientrando nella professione di insegnante, a tempo parziale». Una forma di lavoro, che per Moro va promossa: «È una questione di civiltà. Quando a chiederlo saranno i padri, sarà più facile ottenerlo anche per le donne, spesso ancora discriminate».

link www.fiduciariamega.ch

Franco Gervasoni, direttore Supsi

«Lo spazio per la famiglia bisogna cercarlo, difenderlo e apprezzarlo». Per Franco Gervasoni, direttore della Supsi, ciò significa saper dire «no» a parte delle sollecitazioni, perché è importante garantire non solo la qualità, ma anche la quantità. Non facile, quando si lavora al 100%. «Alla famiglia dedico di regola la sera e il finesettimana. Per questo, quando ho assunto la direzione di Supsi, ho rinunciato alle commissioni comunali». Gervasoni, da poco padre per la seconda volta, è soddisfatto di come concilia lavoro e famiglia: «Ci sono margini di miglioramento, per esempio poter talvolta pranzare a casa». In famiglia vi è comprensione: «A volte però il figlio di 4 anni, si lamenta...». Ma di tempo parziale non se ne parla: «Il lavoro mi appassiona troppo. Ci credo comunque molto; alla Supsi ho spinto affinché fosse possibile anche per i quadri».

link www.supsi.ch



maschile?

Vinci un
buono
vacanza



TESTO: SANDRO PAULI. FOTO: SANDRO MAHLER

Concorso

Alla ricerca dell'uomo che concilia famiglia e lavoro

Condizioni di partecipazione: entro la fine di agosto 2011, compilate il questionario online all'indirizzo www.sicticino.ch/concorso-lui. Il questionario cartaceo può essere scaricato dal sito www.sicticino.ch o richiesto allo 091 821 01 01.

Premiazione: dopo una prima selezione, una rosa di candidati sarà chiamata a un colloquio di approfondimento, in seguito al quale la giuria decreterà il vincitore. La premiazione si terrà nell'autunno del 2011.

Giuria: Silvano Degiovannini, esperto risorse umane; Claudio Moro, economista e presidente SIC Ticino; Anita Testa-Mader, esperta di pari opportunità e membro Commissione federale per le questioni femminili; Marilena Fontaine, responsabile ufficio della legislazione e delle pari opportunità del Canton Ticino; Matteo Ferrari, presidente Conferenza Cantonale Genitori.

Premio: il vincitore si aggiudica un buono-vacanza del valore di 1.000 franchi.

Info e organizzazione: Società degli impiegati del commercio (SIC Ticino), via Vallone 27, 6500 Bellinzona, tel. 091 821 01 01.

📌 **link**

www.sicticino.ch/concorso-lui

Christian Vitta, dirigente d'azienda, granconsigliere e sindaco

«In settimana mi sveglio alle 7 e rientro alle 20...». Di tempo per la famiglia Christian Vitta, padre di tre figli di 7, 5 e 2 anni e mezzo, non ne ha molto. «È una questione di valori, laddove si dà valore si trova tempo. Io mi impegno a dedicare il week-end totalmente alla famiglia». Dei figli si occupa prevalentemente la moglie. «Ho molta stima per lei. Quando è nato il primo, ha ridotto il lavoro, oggi fa la mamma a tempo pieno». Vitta è soddisfatto di come è organizzata la sua vita: «Sarei più felice se potessi rientrare a mezzogiorno, ma lavorando a Lugano è impossibile. A volte il più piccolo quando parto mi dice "vengo anch'io"». Le mie molteplici attività mi impediscono di ridurre il tempo di lavoro, ma chi può e decide per il tempo parziale va appoggiato».

📌 **link** www.vitta.ch

Concorso
In palio un
soggiorno in un
campo in
Engadina

Krax

Indovina di chi

Vuoi partecipare a un campo di protezione animali di Krax in Engadina a luglio? Per vincere, segui le orme e scopri a quale animale appartengono.



a

Corvo

Il corvo può vivere più di 20 anni. Questo uccello molto intelligente sa riconoscere la propria immagine riflessa in uno specchio. È un onnivoro, quindi mangia di tutto. Lo si può incontrare soprattutto in montagna.



4



f

Volpe

La volpe è un mammifero carnivoro. Ha un muso appuntito e grandi orecchie triangolari. Vive in una tana, dove la femmina in primavera dà alla luce una cucciolata di 4 fino a 6 volpacchiotti che alla nascita sono ciechi e sordi.



c



3

6



6

Lupo

Il lupo, l'antenato del cane, è un carnivoro che si nutre di selvaggina. Vive in piccoli branchi detti anche mute regolate da una ferrea scala gerarchica. Ogni gruppo vive su un territorio che difende.



b

è l'orma



Macaone

Come tutti gli insetti, la farfalla ha sei zampe. Aspira il nettare dei fiori per nutrirsi. Le farfalle attive di giorno sono più colorate rispetto a quelle notturne. In Svizzera si può ammirare il bellissimo macaone.

e



Castoro

Il castoro è vegetariano. Monogamo, vive vicino all'acqua. È difficile osservarlo in quanto è attivo di sera e durante la notte. Costruisce dighe per alzare il livello d'acqua e nascondere così l'entrata della sua tana.

d



Salamandra

Come la rana, la salamandra è un anfibio. Brillante e maculata di giallo, è più «ciccotta» rispetto alla lucertola. Vive nelle vicinanze dei corsi d'acqua e si nasconde durante il giorno. Si nutre di vermi e insetti.

1

Krax è un simpatico volatile gracchian- te blu. Sotto l'egida della Protezione svizzera degli animali (PSA), si impegna per sensibilizzare i bambini e i pre-adolescenti alla causa degli animali. Da quest'anno Krax è presente nella Svizzera italiana con visite nelle scuole. In concreto, un educatore Krax visita le classi per parlare di animali selvatici, uccelli, animali della fattoria o da

compagnia. Da dicembre, la rivista di Krax per giovani amici degli animali uscirà regolarmente quattro volte l'anno in italiano, mentre ora è disponibile un'edizione speciale. La campagna Krax 2011 «Amo gli animali» verte su alcuni animali che vivono allo stato selvatico.

Per maggiori informazioni, da giugno il sito di Krax sarà anche in italiano.



Concorso

Vinci un soggiorno in un campo Krax

Collega l'orma all'animale giusto, abbinando i numeri alle lettere corrispondenti!

Parteciperai all'estrazione dei seguenti **premi in palio:**

6 soggiorni in un campo di protezione degli animali Krax a Ftan (Engadina), dal 24 al 30 luglio (in italiano).

30 set con cartoline e riviste KraxGioca fino a domenica 22 maggio, a mezzanotte, su:

🔗 [link www.cooperazione.ch/coltoalvolo](http://www.cooperazione.ch/coltoalvolo)

Animazioni Krax

«Amo gli animali» da Coop

Coop patrocina Krax, il club per ragazzi della Protezione svizzera degli animali (PSA), in veste di sponsor principale.

La campagna Krax «Amo gli animali» vede protagonisti quest'anno gli animali selvatici. Chi sono? Come ci si comporta con loro? Le manifestazioni organizzate da Krax si terranno in oltre venti punti di vendita Coop in tutta la Svizzera fino a dicembre. Al centro Coop di Tenero, Krax farà tappa l'8 ottobre 2011.

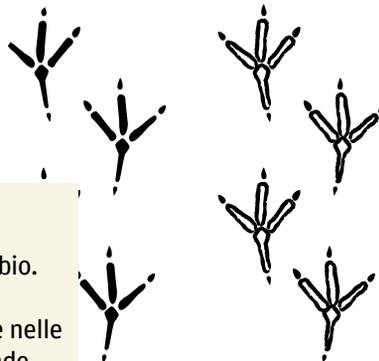
🔗 [link www.krax.ch](http://www.krax.ch)



FOTO: KEYSTONE ILLUSTRAZIONI: VERA TRÄCHSEL



5





Il dottor Vincenzo Liguori risponde alle vostre domande.

Il medico Bere caffè e tè rischio di tumori

È vero che il consumo eccessivo di tè oppure di caffè fa aumentare il rischio di ammalarsi di tumore dell'intestino? A partire da quale quantità aumenta questo rischio, sempre ammesso che esista?

Una recente ricerca pubblicata nella rivista dell'Istituto nazionale americano per lo studio del cancro ha mostrato un leggero aumento del rischio di ammalarsi di tumore dell'intestino nei grandi bevitori di tè rispetto ai non bevitori.

La quantità «a rischio» è stata quantificata in quattro tazze al giorno, che corrispondono all'incirca a un litro.

Il «colpevole» sarebbe stato individuato nel fatto che il tè contiene poliamine, che favorisce l'insorgere dei tumori.

Nessun problema, invece, almeno per quanto riguarda il cancro, per i forti bevitori di caffè (fino a sei tazze al giorno, quindi oltre un litro).

I ricercatori evidenziano, in ogni caso, che per il tè si tratta pur sempre di un rischio limitato, tanto che potrebbe essere dovuto al caso oppure magari ad abitudini alimentari dannose, come quella di accompagnare il tè con prodotti di pasticceria o da forno.

Il caffè, che facilita il transito intestinale, potrebbe addirittura svolgere un'azione preventiva. Ancora una volta, dunque, il caffè esce assolto da queste accuse. Anzi, vale la pena ricordare che il suo forte contenuto in polifenoli svolge, come già ipotizzato per il cioccolato fondente, la frutta e i legumi, un ruolo protettivo nei confronti dei tumori.

FOTO: MAD

L'avvocato risponde

Richiamo Gli interessi sulla carta di credito

Prima di partire per le vacanze ho eseguito tutti i pagamenti. Quando sono tornata ho ricevuto la fattura Visa pagabile entro il 5 del mese. Considerando che avevo già fatto i pagamenti, ho deciso di aspettare la fine del mese per pagare quella fattura. Mi è arrivato un richiamo con gli interessi. È legale chiedere 20 fr. su una fattura da fr. 72.70?

Le spese di richiamo non sono in relazione al totale della fattura, ma si giustificano con spese amministrative necessarie per effettuare il richiamo: il tempo impiegato per scrivere la lettera, il costo della carta, della busta e del francobollo. Purtroppo se lei non ha effettuato il pagamento nel termine stabilito era in mora e quindi dalla parte del torto. Oltre agli interessi di mora, il creditore può per legge richiedere che gli siano rimborsate anche altre spese, come quelle necessarie a ottenere l'importo dovuto. Ritengo che Visa, qualora fosse la sua prima dimenticanza, po-



Micaela Antonini Luvini, avvocato.

teva anche prescindere dall'addebito delle spese di richiamo.

Reclamo Il colore dei mobili è diverso

Recentemente mia madre ha ordinato una serie di mobili sulla base dell'aspetto di quelli esposti, definiti in ciliegio. Dopo il montaggio si è accorta che l'aspetto del mobilio non è affatto simile a quello ordinato. Dopo innumerevoli reclami, il negozio ha demandato al fornitore la decisione di sostituirli o meno. Credo che questo sia una vera e propria truffa e stiamo attendendo una risposta da parte del nego-

ziant. A quanto quantificare il danno morale?

Direi a zero. La nostra legislazione e la giurisprudenza riconoscono il danno morale soltanto in presenza di gravi e/o importanti pregiudizi alla salute fisica o psichica di una persona. In genere si chiede il danno morale per compensare parzialmente i postumi di un incidente o di menomazioni fisiche o di morte dei propri cari o ancora in presenza di gravi offese all'onore di una persona. Chiedere il danno morale perché i mobili del salotto non corrispondono a quanto si desiderava non è un caso contemplato dalle nostre leggi. In caso contrario, credo che le cause per ottenere un riconoscimento in tal senso sarebbero numerose. Nel caso da lei descritto, l'unica possibilità è chiedere la rescissione del contratto o la sostituzione dei mobili, sempre che sia riconosciuta l'esistenza di difetti.

Il galateo
del buonsenso



Carmela Maccia, redattrice.

Sano chiacchiericcio

Trascuriamo buona parte della nostra giornata sul posto di lavoro, il 70 per cento circa del nostro tempo siamo seduti, per il resto ci dedichiamo alla pausa caffè, alla pausa pranzo, a qualche esercizio per sgranchire le gambe, alleggerire le tensioni del collo. Ma abbiamo ancora scampoli di tempo per fare quattro chiacchiere con i colleghi di lavoro? Se avete la sensazione di non trovare più il tempo per scambiare esperienze non necessariamente lavorative, allora cercate di recuperare almeno con i colleghi simpatici.

Per farlo, sfruttate gli spazi che giornalmente dedicate alla rigenerazione dei neuroni, ad esempio in mensa durante il pranzo, nel momento in cui vi concedete un caffè, oppure nel tardo pomeriggio, prima di riprendere la via di casa. Nell'arco di una giornata concedersi dei piccoli momenti di relax, incide positivamente sull'umore, predispone ad una maggiore apertura verso gli altri. Fare un po' di «small talk», di chiacchiericcio permette di stemperare ansietà verso il collega borioso, schivo, dottorale, riservato.