



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

1

## METTERE AL CENTRO LE PERSONE



**È** stata avviata dal consiglio della Uilp

Liguria del 10 marzo una profonda ristrutturazione che, seguendo le indicazioni programmatiche della UILP Nazionale, ha eliminato alcune strutture burocratiche, per favorire una maggiore vicinanza al territorio e alle persone. Questa semplificazione vuole accentuare la partecipazione del sindacato alle esigenze sempre più complesse del vivere quotidiano.

### SOMMARIO

<b>Carmelo Barbagallo,</b> <i>Imparare dal passato per costruire il futuro</i>	p.3
<b>Massimo Bramante</b> <i>Riacendere la luce sugli anziani</i>	p.5
<b>Mariateresa Ruzza</b> <i>Il benessere non ha età</i>	p.7
<b>Cristiano Fiore</b> <i>101 gite in Liguria a misura di bambino</i>	p.9
<i>Oltre duecento opere già pervenute al Premio Nazionale Letterario Artistico Piero Massa</i>	p.12
<i>Convenzioni nazionali</i>	p.13
<i>Servizi ADOC</i>	p.14



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

2

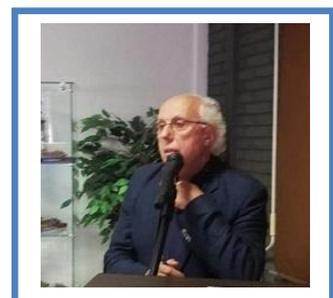
Si tratta di rafforzare il modo di pensare e di agire, più vicino ai valori fondanti del sindacato, al suo modo d'essere sempre fra la gente e sempre dalla parte dei più deboli. Primo atto concreto è stata l'istituzione a Genova, insieme a Spi e Fnp e in collaborazione con la Asl 3, di una rete di sportelli sociosanitari presso le organizzazioni sindacali confederali. È il primo esempio in Italia di sportelli (17) gestiti dai sindacati pensionati, in cui il cittadino può ottenere un supporto informativo su tematiche socio sanitarie di tipo amministrativo: come presentare una

domanda per invalidità civile, quali sono i passaggi per chiedere la non autosufficienza, come si attiva un'assistenza domiciliare integrata, ecc. Obiettivo è quello di occuparsi di tutti quei bisogni assistenziali che necessitano di una particolare attenzione, in considerazione dell'età e della fragilità delle persone interessate, consentendo ai Patronati di svolgere il loro ruolo specialistico

**ALBA LIZZAMBRI**  
Segretaria Generale UIL Pensionati Liguria

## LA SEGRETARIA E L'ESECUTIVO DELL'UIL PENSIONATI LIGURIA

Alba Lizzambri, Roberto Gambetti, Arturo Pastorino, Marcello Notari, Claudio Gallo, Umberto Firpo



UIL PENSIONATI LIGURIA, PIAZZA COLOMBO 4, GENOVA, TELEFONO 010 586876



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

## IMPARARE DAL PASSATO PER COSTRUIRE IL FUTURO

Stiamo vivendo in un momento storico molto complicato. Prima la pandemia (dalla quale ancora non siamo ancora venuti fuori) e ora questa terribile guerra all'interno dell'Europa hanno causato, conseguenze sociali ed economiche devastanti i quali strascichi, purtroppo, porteremo con noi per molto tempo.

Il nostro compito, come Sindacato dei pensionati, come Uilp, è quello di continuare con ancora più forza ed energia a tutelare e a fare da portavoce alle milioni di persone anziane e pensionate che hanno tanto da dire e tanto da dare al nostro Paese.

Le persone anziane e pensionate conoscono, alcuni proprio perché la hanno vissuta sulla loro pelle, la difficoltà e la fatica che si fa nel risollevarsi da una crisi grande come quella che stiamo vivendo. L'hanno fatto una volta, hanno costruito l'Italia per come la conosciamo, cominciando da nient'altro che dalle ceneri della seconda guerra mondiale.

Non è un caso se per il 12° Congresso della Uilp abbiamo scelto lo slogan 'PensionatΘ, passato, presente, futuro': lo abbiamo scelto perché siamo convinti che dal passato si debba imparare molto, e da chi se non dalle persone anziane.

**Il 12° Congresso della  
Uilp ha scelto lo slogan  
'PensionatΘ, passato,  
presente, futuro'**

Dobbiamo costruire un futuro in cui le pensionate, i pensionati, le lavoratrici e i lavoratori siano al centro delle decisioni politiche. Dobbiamo costruire un futuro privo di disuguaglianze, un futuro che abbia al centro le persone, di qualsiasi età.

Perché questo sia possibile, è necessario realizzare al più presto gli obiettivi della piattaforma del Sindacato confederale e del Sindacato dei pensionati, obiettivi di giustizia e equità sociale che le agende politiche rimandano da troppo tempo.



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

4

Obiettivi come la Legge quadro nazionale sulla Non Autosufficienza, per la quale, grazie all'impegno del Sindacato, si sono fatti importanti passi avanti. È il momento di arrivare a un risultato concreto, evitando sovrapposizioni e ritardi che possano inficiare il raggiungimento di questo obiettivo atteso da troppi anni.

Un altro punto essenziale, che a causa della galoppante crescita dell'inflazione si è reso ancor più dirimente, è la tutela del potere d'acquisto delle pensioni. Tutelare il potere d'acquisto delle pensionate e dei pensionati è interesse di tutta l'economia italiana; senza crescita del potere d'acquisto, non ci sarà nemmeno la crescita dei consumi. Anche per questo, dunque, farlo, e presto, partendo dall'ampliamento della platea dei beneficiari della quattordicesima e dalla riduzione della pressione fiscale anche per i pensionati



I pensionati sono il vero ammortizzatore sociale del paese, vogliono e devono poter continuare ad esserlo.

Lavorare con maggior sinergia  
insieme a  
Confederazione UIL, Patronato, Caf  
per  
offrire più servizi e più tutele

Abbiamo molto da fare, infatti ci stiamo rimboccando le maniche: in questi mesi che ci separano dal Congresso non solo stiamo continuando a confrontarci con le istituzioni nazionali, regionali e territoriali, stiamo anche operando una profonda riorganizzazione della nostra struttura, che ci permetterà di lavorare in ancora maggiore sinergia con la Confederazione Uil, con il Caf, con il Patronato, in modo da poter rappresentare e tutelare sempre al meglio le nostre iscritti, i nostri iscritti, e tutte le cittadine e i cittadini.

Passato, presente, futuro: Ricordiamolo, praticiamolo, costruiamolo. Insieme. La Uilp è pronta.

**CARMELO BARBAGALLO**

Segretario generale Uil Pensionati



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

## RIACCENDERE LA LUCE SUGLI ANZIANI



La Scienza economica presenta una tassonomia dei beni idonei a soddisfare i variegati bisogni di uomini/donne (giovani o anziani che siano) assai ampia. Vi sono, ad esempio, beni durevoli e beni non durevoli (che esauriscono la loro funzione nel momento stesso in cui soddisfano un bisogno), beni di consumo e beni strumentali (la fabbrica), beni complementari (caffè e zucchero) e beni succedanei (caffè e tè), beni materiali e beni immateriali (la bellezza di un'opera d'arte, un film vincitore del Leone d'oro), beni meritori (il latte rispetto ai superalcolici), beni di status (l'auto di lusso) e – ovviamente – beni economici e beni “liberi” (l'acqua di una fontana. la luce del sole...). Da alcuni anni, tuttavia, l'Economia, la Sociologia, la Psicologia hanno prestato grande attenzione ad una nuova categoria di beni: i c.d. “beni relazionali”. Cosa sono? Che effetto hanno sulla popolazione anziana? La definizione che ha dato il sociologo Pierpaolo Donati è la seguente: “Il bene relazionale è un genere di bene-comune che dipende dalle relazioni messe

in atto dai soggetti l'uno verso l'altro e che può essere fruito solo se essi si orientano di conseguenza”. L' economista Stefano Zamagni ne propone un esempio emblematico: nel bene “taglio dei capelli” il rapporto che si instaura tra cliente e parrucchiere è un bene relazionale perché va al di là del bene/servizio “taglio dei capelli”; può, addirittura, aumentarne il valore. La perdurante pandemia da covid-19 ha certamente incrementato la presenza e diffusione degli anzidetti beni relazionali. Il rapporto tra personale medico/infermieristico e singolo malato (tanto più se anziano), negli ospedali e nelle RSA, molte volte si è sviluppato ben al di là di quanto fissato dalle retribuzioni ufficiali di tale personale. I tanti volontari non più giovani della Protezione civile, i molti operatori del Terzo Settore sono stati un esempio illuminante del “valore” che possono assumere i beni relazionali, soprattutto in circostanze estreme. Tuttavia, il malefico virus ha anche enfatizzato le forti condizioni di disuguaglianza economica e sociale esistenti nel nostro paese, dimostrando “come il confinamento al quale siamo stati costretti non sia stato eguale per tutti. Diverso è stato trascorrere la quarantena in condizioni di privilegio e di relativa serenità per l'avvenire che non in condizioni di povertà e di preoccupante angoscia per il proprio futuro”. E' un'osservazione dello psicoanalista Massimo Recalcati che ha nel contempo aggiunto: “La salvezza - lo insegna il magistero austero e tetro del covid – non può che essere collettiva. Per questa ragione stare vicino ai più deboli, non



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

6

lasciarli cadere, è la condizione per uscire assieme dal tunnel e dal trauma”. Una illustre psicologa, Rebecca Shankland, ci ha inoltre ricordato che tutti coloro che appartengono ad una “rete relazionale”, non solo i membri della nostra famiglia, ma anche vicini di casa, amici, colleghi di lavoro, nuove conoscenze sono di fatto indispensabili per vivere una vita meno stressata, più aperta, più fiduciosa nel futuro. “Si tratta di una tela che tessiamo durante tutta la nostra esistenza e che in qualche modo rappresenta una rete di sicurezza grazie alla quale troviamo la fiducia necessaria per intraprendere una vita attiva in seno alla società” (in “MIND – Mente & Cervello, gennaio 2022). In altre parole: le “relazioni” tra individui contano non meno che il possesso di beni economici. In particolare, per la fascia di età 70/90 anni (lo documenta una minuziosa ricerca della Pennsylvania State University – pubblicata su POSS-ONE) il numero di “relazioni” positive che sappiamo (siamo in grado di) instaurare sono alla base di un duraturo equilibrio psico-fisico. La pandemia da covid-19 purtroppo ha però inferto un duro colpo ai “beni relazionali”: ha strappato, spesso, quella fitta tela relazionale che molti anziani avevano costruito anno dopo anno.

## LA SPOON RIVER DEI CIRCOLI RICREATIVI

Un articolo di Matteo Macor – apparso sulla rivista “L’Espresso”- che portava il titolo di per sé significativo “Luci spente, saloni chiusi, la Spoon River dei circoli ricreativi”, pone il dito sulla piaga: il serio rischio della chiusura

di molte attività culturali e ricreative nel nostro paese, assai spesso frequentate da uomini e donne anziani. La pandemia è stata la causa prima della caduta delle iscrizioni e le pur necessarie, ben note, misure sanitarie restrittive hanno allentato la partecipazione attiva. Molti circoli ed associazioni stanno rischiando – come è stato scritto – “di non farcela”... Col rischio di chiudere i battenti. Il volontariato, l’associazionismo assistenziale, culturale, ricreativo, il Terzo Settore nel suo complesso sono “pezzi” importanti di quella che gli economisti chiamano oggi “economia civile”.



Da sempre sono frequentati e/o vi operano attivamente molti pensionati. Sono un “pezzo” fondamentale per la valorizzazione e l’ampliamento di quei “beni relazionali” che permettono anche ai più fragili e soli di essere parte integrante della ri-nascita e della crescita del nostro paese e della nostra Liguria. Vanno pertanto attentamente ricordati e tutelati quando si tratterà concretamente di destinare i fondi europei del PNRR.

MASSIMO BRAMANTE



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

## IL BENESSERE NON HA ETÀ

Felicità, parola impegnativa, concetto profondo e difficile ...o forse più semplice di quanto sembri? E la sua percezione cambia nel corso della nostra vita? E che cosa può fare ognuno di noi per costruire la propria "felicità"?

Secondo Arthur C. Brooks (scienziato sociale, musicista e giornalista americano) la felicità tende a calare lungo tutto il corso dell'età adulta, raggiungendo il picco negativo attorno ai 50 anni: dal quel momento invece comincia a migliorare per una quindicina d'anni, dopodiché le persone si dividono in due gruppi: quelli che diventano molto più felici e quelli che diventano molto più tristi. E' di tutta evidenza che si tratta di situazioni "medie" e che salute e un livello minimo di benessere economico sono fattori fondamentali per poter disquisire sulla felicità. Forse dopo una certa età ci si rende conto che la vita ha un termine e che va assaporata e goduta fino in fondo, senza rinviare e senza crearsi troppi limiti e ostacoli. E soprattutto si apprezzano tante piccole cose, che sono più grandi di quanto apparivano prima.

Certo gli americani tendono a semplificare e a creare manuali per – quasi – tutto, ma Brooks (nel suo libro *From strength to strength: finding success, happiness, and deep purpose in the second half of life*) ci offre alcuni interessanti spunti di riflessione: ha infatti individuato sette attività che possono influire sul nostro futuro e che ha denominato "facilitatori della felicità"-

Eccole: non fumare (o cercare di smettere), non bere troppo, mantenere un peso adeguato e fare attività fisica (ma di questo abbiamo già parlato più volte), rafforzare le capacità di adattamento, continuare ad imparare (Michelangelo a 90 anni disse...ho ancora

### Le amicizie di lunga data sono un "piano pensionistico" relazionale

molto da imparare...e anche della positività di dedicarsi a nuove attività abbiamo già parlato), coltivare rapporti stabili e a lungo termine. Oggi vorremmo sviluppare quest'ultimo punto. Chiaramente, molte delle nostre amicizie in genere si sviluppano lungo l'intera vita, dai primi compagni di scuola alle amicizie sul lavoro, ambiente dove in genere si possono sviluppare più facilmente. Secondo Brooks queste amicizie possono essere considerate un investimento per il futuro, una specie di "piano pensionistico" di relazioni interpersonali sulle quali investire tempo per tempo lungo tutto l'arco della nostra vita. Le relazioni e le amicizie vanno curate, come tenere piantine, per vederle irrobustirsi e crescere, si nutrono di rispetto, attenzioni, e soprattutto di reciprocità. La socializzazione è indispensabile e fondamentale per poter godere di una buona salute emotiva, per ricevere (e dare) nuovi stimoli, per mantenerci attivi e integrati nel contesto sociale. E' importante sempre dall'infanzia alla terza età. Le amicizie ci aiutano a non sentirci soli ed isolati, a condividere i nostri dolori, ma anche, e a volte ancor più le nostre gioie.

Ma se nell'infanzia e nell'adolescenza le reti di relazioni aiutano a crescere, a confrontarsi, a rendersi conto che il mondo è difficile per tutti, a rafforzare l'autostima, a non sentirsi diversi, nella terza e quarta età stare con altre persone è



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

8

fondamentale per evitare di isolarsi, e di andare in loop nei propri problemi e nelle proprie ansie.

Le amicizie non vivono di esclusività: essere amici significa aprirsi, condividere, coinvolgere vecchi e nuovi amici, ampliare il giro delle conoscenze. L'amicizia è voglia di ritrovarsi, di scambiarsi esperienze, sempre in assoluta libertà e senza costrizioni. Ne esistono vari gradi e di varie intensità: gli amici fraterni, cui aprire il cuore senza timore di essere giudicati, quelli con cui si condividono alcuni spicchi della propria vita e non altri; le conoscenze con cui si inizia facendo solo alcune cose, che possono diventare amicizie o restare semplici conoscenze. In ogni modo qualsiasi scambio interpersonale ci arricchisce, ci apre nuovi scenari, ci lascia diversi da prima. E soprattutto, non esiste un limite massimo agli amici.

Ecco perché anche quando finisce l'attività lavorativa e si apre lo scenario della "pensione" si possono – si devono – trovare nuove occasioni per ampliare le nostre conoscenze. Ci aiuterà a evitare l'isolamento, migliorerà la qualità della nostra vita. Qualche spunto per farlo: se possibile organizzare incontri con familiari e amici, telefonare, o meglio ancora fare videochiamate, condividere informazioni e notizie, ecc. o iscriversi a un'associazione per un'attività che ci interessi, ad esempio gruppi di trekking, passeggiate, gite cittadine, visite a mostre, teatro, cinema. Uscire, chiacchierare, scambiarsi idee anche con persone sconosciute: se ci poniamo in maniera aperta, le occasioni non mancheranno

Coltivare amicizie con persone di età diverse. Frequentare i giovani aiuta a rimanere aggiornati, ci si può fare assistere ad esempio sulle nuove tecnologie o sui social, e si può offrire l'esperienza storica (per favore evitiamo di dire ...ai miei tempi...ci

siamo capiti!) questi scambi possono aiutare i giovani a crescere e i meno giovani a rimanere attivi e vivere nel presente. Se si è portati, fare attività di volontariato, si può scegliere fra innumerevoli attività, scegliendo quella più consona alle proprie inclinazioni.



Qualche consiglio spicciolo: evitiamo di concentrarci sui nostri malanni e di parlare solo di quelli, cerchiamo di suddividere il nostro tempo fra il parlare e l'ascoltare, cerchiamo di vedere il lato positivo delle cose. Certo il carattere dei liguri non è il massimo in quanto a voglia di condividere, e si respira quell'aria di diffidenza che potremmo sintetizzare in quel "*maniman*" che si legge sempre sulla fronte corruciata del genovese medio (ma anche del ligure in genere), però insomma vale la pena di provarci. Frequentare un corso in qualche centro o iscriversi a qualche associazione di passeggiata/trekking/visite culturali è una buona occasione per incontrare persone con interessi simili ai nostri. In genere si incontrano in maggioranza donne che sono le più disponibili a mettersi in gioco, mentre gli uomini sono un po' più "divanisti": vale comunque sempre la pena uscire di casa e cercare nuove conoscenze, e se possibile costruire una nuova rete di amicizie, perché non siamo fatti per stare da soli, o almeno non sempre. Provare per credere!

MARIATERESA RUZZA



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA



[www.101giteinliguria.it](http://www.101giteinliguria.it)

di Cristiano Fiore

## Passeggiata da Alassio a Laigueglia

Prendete una splendida perla turistica della nostra regione, diventata famosa anche (ma non solo) per un semplice muretto: **Alassio**. Prendete poi una località ricca di storia e curiosità, che da tempo dedica ai bambini un vero e proprio festival: **Laigueglia**.

Unitele con questa splendida passeggiata, interamente pianeggiante e ideale per le domeniche invernali e primaverili. Seguiteci.

### Da dove si parte

**Alassio** (SV), un po' come tutte le località costiere della Liguria, non brilla per la disponibilità di posteggi. Va però detto che, proprio in centro, esiste un ampio e comodo posteggio (dotato anche di servizi igienici), che si chiama **Parcheggio Alassio**, e si trova in Via San Giovanni Bosco, 34a. Il parcheggio si trova, in ogni caso, a poche centinaia di metri dalla stazione ferroviaria, che è il punto di partenza del nostro percorso. Tale scelta rende questo percorso **ideale anche per chi non ha l'auto**.

### Il Muretto dei Bambini



Il Parco Giochi Charlie Chaplin

Uscendo dalla stazione, avrete di fronte a voi un bel parco giochi, (**Parco Giochi Charlie Chaplin**), sicuro e recintato. Potrebbe essere il caso di fare lì la prima sosta, magari per far sgranchire la gambe ai bambini dopo il viaggio in auto o in treno. Siamo praticamente a ridosso del famoso **Muretto di Alassio**. Sapevate, però, che esiste anche il Muretto dei Bambini? Si tratta di una piccola porzione di muro, adiacente a quello principale, dove i bimbi potranno trovare le "firme" di alcuni loro beniamini, come ad esempio **Geronimo Stilton**, **Prezzemolo**, **Pinocchio**!



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

10



## Il Pontile Bestoso e la Spiaggia dei Castelli di Sabbia.

**Alassio** è una località balneare della provincia di Savona, apprezzata per il suo porto, le sue bellezze naturali e i suoi stabilimenti balneari.

Il centro è attraversato dal “**Budello**”, una stretta via dove dedicarsi allo shopping e gustare un aperitivo o una cenetta romantica.

Le sue **spiagge** di quarzo e silicio sono ideali per **bambini e famiglie**: ci si bagna senza paura di affogare per il suo fondo digradante.

Ecco quindi che la seconda tappa del nostro percorso non può che essere la spiaggia, dalla quale potrete ammirare il **Pontile Bestoso**, che si estende in lunghezza sul mare, per poter ammirare “dal mare” lo skyline della località.

La spiaggia che vedete a ponente del pontile è quella dove, ogni estate, si svolge la “gara dei castelli di sabbia”. La battigia, specie in inverno, è un po’ ristretta ma due corse sulla spiaggia non si potranno certo negare.

**Gita indicata per le seguenti età o attitudini:**

3 - 6

6 - 10



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

11



Per un'ottima riuscita della giornata, rispettate sempre queste nostre indicazioni, basandovi sull'età del più piccolo del gruppo.



## Arrivo a Laigueglia

Già a metà passeggiata osserverete, in lontananza, un rotondo e tozzo torrione, che monta la guardia, da tempo immemore, al borgo di **Laigueglia**. Immemore forse, non poi così tanto. Questo torrione risale al 1500 ed è stato edificato a causa delle frequenti incursioni piratesche a Laigueglia e lungo il territorio della Repubblica di Genova, che costrinsero molte località della costa a dotarsi di postazione d'avvistamento e di difesa. Questo che vediamo è uno dei tre torrioni cinquecenteschi edificati a Laigueglia, quello denominato “**il Baluardo**” o “**Bastione di Levante**”.

ATTENZIONE: la lettura di questo articolo e la conseguente effettuazione della gita non può dare in alcun modo luogo a nessuna richiesta di risarcimento e rimborso né a procedimento giudiziario/arbitrale per infortuni, danni a persone/cose anche di terzi, e qualsivoglia ragione nei confronti dell'autore dello stesso, e solleva da ogni responsabilità civile e penale, anche oggettiva, l'autore stesso, l'editore e il titolare dello spazio web

## Informazioni utili

Il giro proposto è lungo circa 3km (+ passeggiata all'interno di Laigueglia), interamente pianeggianti

## Nello zaino, non dimenticare:

macchina fotografica, .telo mare





MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

12

## GIÀ PERVENUTE OLTRE DUECENTO OPERE AL PREMIO NAZIONALE LETTERARIO ARTISTICO PIERO MASSA

Arrivano un po' da tutta la penisola. Sono i racconti, le poesie e le fotografie di uomini e donne di tutte le età, con prevalenza delle pensionate e dei pensionati. Gli uomini prediligono i racconti, le donne le poesie. La fotografia è equamente ripartita.

Se c'è un tratto comune fra le diverse opere pervenute è il tentativo non solo di descrivere la solitudine, ma di darle un senso e una dignità, con realismo e coraggio.

Risuona vivo l'eco dell'insegnamento di Piero che tanto si era impegnato combattere la solitudine dell'anziano, arrivando a proporre l'istituzione di un assessorato per la solitudine. Una proposta che purtroppo in Liguria non è stata raccolta dalle istituzioni, ma che in diversi comuni del Veneto sta diventando una realtà. Peccato che questa nostra regione sia sempre così lenta a raccogliere e realizzare le idee più innovative.

Il Premio getta luce sul grave problema della solitudine dell'anziano che soprattutto negli ultimi due anni di pandemia ha subito un drammatico aggravamento.

Tornando al concorso, come in tutti i premi, ci sono, tra le tante di buon livello, opere di ottima fattura. Il tratto comune che si evince dalle parole degli autori è l'entusiasmo con cui hanno aderito, quasi ne sentissero il bisogno.

Crediamo che con questa iniziativa la Uil Pensionati abbia dato gambe a una di quelle intuizioni geniali, di cui quasi quotidianamente era assai prodigo il nostro Piero.

Grazie a tutti gli autori iscritti e a quelli che si iscriveranno. Il cammino è ancora lungo, mancano tre mesi alla data di scadenza.

Ricordiamo che mai come in questo caso: l'importante è partecipare!



Premio Nazionale Letterario Artistico  
**Piero Massa**

Narrativa - Poesia - Fotografia

Un nuovo concorso di narrativa, poesia e fotografia sul tema "solitudine". Partecipazione gratuita, scadenza 30 giugno 2022.

[www.premiopieromassa.it](http://www.premiopieromassa.it)

UIL PENSIONATI LIGURIA, PIAZZA COLOMBO 4, GENOVA, TELEFONO 010 586876



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

13



## CONVENZIONI NAZIONALI valide per il 2022

**Garanzie assicurative UnipolSai 2022**

**UnipolSai**  
ASSICURAZIONI

**Audika**  
Centri Audika

**TEST GRATUITO DELL'UDITO**

**20% di sconto** su apparecchi acustici digitali di fascia alta, in merito Audika e altri vantaggi...

**BORBONE**

**CAFFÈ BORBONE**

**7 euro di sconto** su almeno 30€ di spesa

**TERME DI SATURNIA**

Tariffe agevolate per gli iscritti alla UIL Pensionati, sempre a digi

**BWH | Hotel Group**

**10% di sconto** sulle tariffe in vigore

**Sicily by Car**

**10% di sconto**

**PittaRosso**

**15% di sconto** per gli iscritti alla UIL Pensionati

**ZOO PLANET**

**20% di sconto** sulla spesa on line

**lifebrain**

Eccellenza per la tua salute

**30% di sconto** SUGLI ESAMI DI LABORATORIO E CHECK-UP

**Beghelli**

**10% di sconto** sugli acquisti on line

**Dental**

**15% di sconto** SU ALCUNE PRESTAZIONI

**SAN SIMONE**

**7% di sconto**

**GRANDI CLIENTI**

**Sconti Fino all'80%** su oltre 100 riviste

**Riduzione della retta a € 2.000** anziché 3.000

**PEGASO** Università Telematica



MARZO 2022  
numero 9

# LIGURIA SILVER

NEWSLETTER UIL PENSIONATI LIGURIA

14



## CHI SIAMO

ADOC E' L'ASSOCIAZIONE NAZIONALE PER LA DIFESA E L'ORIENTAMENTO DEI CONSUMATORI. ASSISTE I PROPRI ISCRITTI CON OPERATORI ESPERTI SUI DIRITTI DEL CONSUMATORE, IN GRADO DI DARE INFORMAZIONI AI CITTADINI E ABILITATI ALLE PROCEDURE DI CONCILIAZIONE. UNA RETE DI CONSULENTI, AVVOCATI CONVENZIONATI CHE CONSENTONO DI OFFRIRE AGLI ISCRITTI UNA CONSULENZA LEGALE SPECIALISTICA

## I NOSTRI SERVIZI

### TELEFONIA

Disdette non andate a buon fine  
Attivazione Servizi non richiesti  
Reclami e Conciliazioni Paritetiche

### UTENZE LUCE/GAS e ACQUA

Bollette con stime troppo elevate  
Costi elevati  
Vulture e Subentri in nuovi contratti  
Perdite Idriche e Risoluzione Controverse

### BONUS e SERVIZI AL CITTADINO

Cambi Residenza  
Bonus Sociali, Comunali e Regionali  
Assistenza e attivazione SPID

### CONSULENZA LEGALE E FINANZIARIA

Esperti del Settore forniranno la propria Assistenza Legale

Our Services- Scan Qr Code or visit our website  
[www.adocliguria.it](http://www.adocliguria.it)



## CONTATTACI



### Adoc Genova e Liguria

Piazza Colombo 4/4 16121 Genova  
tel. 0105958106  
mail: [adoc.genova@libero.it](mailto:adoc.genova@libero.it)

### Adoc Imperia

Piazza Doria 3 - 18100 Imperia  
tel. 3792875098  
mail: [adoc.imperia@gmail.com](mailto:adoc.imperia@gmail.com)

### Adoc La Spezia

Via Persio 35 - 19121 La Spezia  
tel./fax 018777527  
mail: [adoc-laspezia@libero.it](mailto:adoc-laspezia@libero.it)

### Adoc Savona

Corso Tardy & Benech 59r - 17100 Savona  
tel. 0199100011  
mail: [adoc.savona@libero.it](mailto:adoc.savona@libero.it)



**HAI SUBITO  
UN'INGIUSTIZIA?  
ADOC E' QUI PER TE !**

Presso la sede ADOC della tua città potrai essere ascoltato, consigliato su come intervenire per risolvere il problema, e sarai seguito dalla associazione in caso di reclamo e contenzioso

GENOVA  
Piazza Colombo 4/4

IMPERIA  
Piazza Doria 3

LA SPEZIA  
Via Persio 35

SAVONA  
Corso Tardy & Benech 59r

SEGUICI SUI SOCIAL

[WWW.ADOCLIGURIA.IT](http://WWW.ADOCLIGURIA.IT)



LIGURIA SILVER NEWSLETTER TRIMESTRALE UIL PENSIONATI LIGURIA

COMITATO DI REDAZIONE: Alba Lizzambri, Umberto Firpo, Roberto Gambetti, Marcello Notari, Massimo Bramante, Riccardo Grozio, Giada Campus, Mariateresa Ruzza

COORDINAMENTO; Riccardo Grozio [rgrozio@gmail.com](mailto:rgrozio@gmail.com) 345 0125494