

Former FAO and Other UN Staff Association

Associazione dei Pensionati della FAO e di altre Organizzazioni delle Nazioni Unite



Notiziario 114
Giugno 2021

Un Saluto dal Presidente, a Nome del Comitato Esecutivo

IN QUESTO NUMERO

- Un saluto dal
Presidente a Nome del
Comitato Esecutivo
- Notizie dal Comitato
Esecutivo
- Notizie dai Comitati
Consultivi della FFOA
- Assicurazione Medica
- Pensioni
- Attività Sociali e
Ricreative
- Campagna Soci
- Nuovi Soci
- In Memoriam
- Notizie dalle
Organizzazioni delle
Nazioni Unite
- La Buona Salute
- Notizie dai Soci

Spero che questo Notiziario trovi voi e le vostre famiglie in buona salute. La FFOA è stata operativa, negli ultimi mesi, nell'offrire supporto ai soci che si sono registrati per la vaccinazione COVID-19 e si è impegnata attivamente con la FAO, il PAM e l'IFAD per garantire che i pensionati delle Nazioni Unite e i loro dipendenti potessero accedere alle vaccinazioni. Ai soci è stato consigliato come effettuare le prenotazioni direttamente con il loro "Codice Fiscale", molti hanno seguito questo consiglio e effettuato con successo le prenotazioni e ricevuto la vaccinazione. Due richieste di vaccinazione nell'ambito del programma di vaccinazione delle Nazioni Unite in Italia, gestite dalla FAO e dal Team di Gestione della Crisi (CMT) delle Agenzie con sede a Roma (RBAs), hanno incluso i pensionati delle Nazioni Unite e i loro dipendenti; la registrazione è stata coordinata dalla FFOA su richiesta della FAO.

Ai soci sono state fornite anche informazioni sui programmi di vaccinazione al di fuori dell'Italia; l'UNJSPF è stato coinvolto nell'agevolare la registrazione dei pensionati nell'ambito dei programmi vaccinali nazionali/Nazioni Unite.

La questione su come ottenere i certificati vaccinali ufficiali/Green pass in Italia, per le persone sprovviste di Tessera Sanitaria, è stata portata all'attenzione delle Agenzie con sede a Roma (RBAs) e in particolare della FAO, in qualità di Agenzia designata alla sicurezza in Italia. Ci auguriamo che il meccanismo sarà già in atto per quando ci leggerete.

Il Comitato Esecutivo ha continuato a lavorare da remoto e l'ufficio è stato aperto (virtualmente) per rispondere alle richieste dei soci ed emettere Note Informative e Notizie Flash. Continuiamo a monitorare tutte le questioni che riguardano i soci (assicurazione medica, pensioni, ecc.) e continuiamo ad aggiornarvi sugli sviluppi.

L'estate è con noi nell'Emisfero Settentrionale e speriamo che la pandemia continui a svanire e che la libertà di socializzare e viaggiare venga gradualmente ripristinata. Per quelli che vivono al Sud ci auguriamo che l'autunno/inverno non sia troppo rigido. Auguriamo a voi e alle vostre famiglie buona salute e bei momenti in cui la normalità ritorna gradualmente e la pandemia è "sconfitta".

Edward Seidler
Presidente

Notizie dal Comitato Esecutivo

Georgia Shaver

Il Comitato Esecutivo è stato in contatto regolare con le amministrazioni delle Agenzie con sede a Roma (RBAs) relativamente alle restrizioni a causa del COVID-19: l'accesso alla sede, l'accesso all'ufficio della FFOA, i test per il COVID-19 e le vaccinazioni.

In questi ultimi mesi stiamo discutendo con le Agenzie con sede a Roma (RBAs) sulle vaccinazioni, con particolare attenzione alla ricerca di soluzioni per facilitare gli appuntamenti per quei soci non inclusi nel Servizio Sanitario Nazionale. La FFOA ha informato i soci sulle opzioni di iscrizione che non comportavano l'accesso online e, man mano che l'implementazione procedeva, molti soci sono riusciti a ottenere un appuntamento. Coloro che non sono riusciti con la procedura, hanno potuto essere vaccinati attraverso il programma di vaccinazione organizzato dal

Governo/Agenzie con sede a Roma (RBAs), insieme a dipendenti e persone a carico che non potevano accedere al Servizio Sanitario Nazionale. A tale scopo, la FFOA è stata fondamentale nel fornire alle Agenzie con sede a Roma (RBAs) informazioni sui pensionati. La FFOA continua a lavorare con le Agenzie con sede a Roma (RBAs) sulle procedure di accesso al certificato vaccinale elettronico per coloro che non sono nel Servizio Sanitario Nazionale. L'accesso alle tre agenzie è ancora limitato, ma su richiesta, la FFOA è stata in grado di consentire ad alcune persone l'accesso a documenti e dati. Le riunioni mensili del Comitato Esecutivo proseguono virtualmente e negli ultimi mesi abbiamo avuto diverse riunioni ad hoc per discutere urgenti questioni, quali le vaccinazioni.

Notizie dai Comitati Consultivi della FFOA

Assicurazione Medica

Edward Seidler

La FFOA continua a monitorare le prestazioni dell'Assicuratore Medico, Cigna, e ha affrontato

le questioni sollevate dai soci sul livello e la velocità di assistenza e copertura. Si sono tenute riunioni con le Unità di Sicurezza Sociale della FAO, del PAM e dell'IFAD che gestiscono e supervisionano i contratti di assicurazione medica e le questioni relative all'inutile burocrazia, al ritardo nell'emissione delle Garanzie di Pagamento, alla risposta lenta o inadeguata alle richieste dei partecipanti. È in corso di ultimazione un'indagine di soddisfazione sulle prestazioni di Cigna che verrà inviata a tutti i soci ai quali verrà chiesto di compilare e restituire un questionario.

I soci godono di una copertura medica completa a premi ragionevoli (in quanto sovvenzionati dalle Agenzie con sede a Roma) ma il contenimento dei costi è sempre in primissimo piano; l'utilizzo di strutture e di medici in rete è consigliato. La copertura assicurativa medica è universale e pertanto non serve una assicurazione medica per il viaggio.

Pensioni

Alan Prien

Il Comitato Pensioni (PB) è sottoposto ad una revisione relativamente alle questioni di amministrazione.

In primo luogo, le dimensioni del Comitato Pensioni (PB) sono in fase di revisione. Un gruppo di lavoro sta valutando la possibilità di ridurre le dimensioni da 33 a 24 membri, presumibilmente per una maggiore efficienza. Ciò significherebbe che il numero di membri della FAO/PAM passerebbe da 3 a 2.

In secondo luogo, si sta tenendo conto della suddivisione della normale sessione annuale in 3: sessioni virtuali a febbraio e aprile e una sessione di persona a luglio (quando possibile). La rappresentanza dei pensionati resterà probabilmente invariata.

Le decisioni dovrebbero essere prese a luglio e poi sottoposte a revisione da parte dell'Assemblea Generale in autunno.

Un'altra questione di interesse generale è l'invito ai beneficiari di aderire alla registrazione elettronica dei Certificati di Esistenza in Vita, che aiuterebbe il segretariato del Fondo a ridurre l'enorme lavoro cartaceo (che si aggiunge ai costi

amministrativi). Il processo di iscrizione non è particolarmente lineare ma è consigliato.

Nel complesso, il Fondo continua ad essere in buona forma finanziaria e attuariale

Attività Sociali e Ricreative

Joan Smidt, Marius de Gaay Fortman, Bruno Pisani, Mohamed Saleheen, Sabatino Salvi, Alex Van Arkadie

Imminenti Attività Ricreative

Luglio, Agosto e Settembre:

Tre giorni al mare di Ponza, Palmarola e Zannone proposto da Infoacanto

Agosto e Settembre:

Tour della Georgia proposto da Palomba Travel

Ottobre:

Tour della Sicilia Occidentale proposto da Curiosando nel mondo

Supporto Sociale

Negli ultimi mesi, siamo stati in grado di risolvere determinati problemi personali che hanno coinvolto alcuni soci; tra cui, le disposizioni funebri, oltre all'assistenza relativa alla Banca presso la FAO e altre istituzioni.

A questo proposito desideriamo sottolineare l'importanza di pianificare in anticipo, avere le carte in regola e, se necessario, redigere un testamento. Questo è particolarmente importante per le persone senza familiari a Roma.

Fondo d'Emergenza

Abbiamo ricevuto una donazione molto generosa da parte di un socio. Le donazioni ci consentono di assistere quei soci che ne hanno bisogno.

Comitato Consultivo per la Campagna Soci (MAC)

Marius de Gaay Fortman (coordinatore), Alessandro Bertini, Roberta Fenix, Gianni Monciotti, Pino Pace, Georgia Shaver, Angelika Wolf

Siamo rimasti piacevolmente sorpresi il mese scorso, quando un socio a vita ha inviato al tesoriere della FFOA un assegno di 375 euro e ha incluso un messaggio in cui affermava di aver completato 15 anni come socio a vita dell'Associazione, per cui aveva pagato 375 euro e che sentiva di dover pagare di nuovo per l'iscrizione a socio a vita, una sorta di abbonamento per una seconda iscrizione a vita. La quota per l'iscrizione a vita si basa su una durata media dell'iscrizione di 15 anni, ma copre il costo dell'iscrizione per l'intera vita. Non c'è bisogno di alcun contributo aggiuntivo, ma tutti sono liberi di sostenere l'Associazione con un contributo volontario al Fondo di Emergenza o al Fondo per la Difesa Legale. Il contributo volontario del nostro collega ha provocato una discussione in seno alla riunione del Comitato Esecutivo sull'iscrizione a vita e le sue implicazioni. Normalmente questa scelta viene fatta al momento dell'iscrizione. Una forma di lealtà verso l'Associazione.

Tre anni fa, le condizioni per l'adesione all'iscrizione a vita sono state ampliate consentendo ai soci di ottenere l'iscrizione a vita in qualsiasi momento, richiedendo il pagamento della differenza tra gli anni pagati e la quota annuale di 15 anni, purché non si fossero completati dieci anni. Dopo dieci anni il minimo da pagare è sempre di 125 euro. L'anno scorso alcuni soci hanno adottato questa nuova opzione. Durante la suddetta riunione è stata ulteriormente discussa la questione dell'"iscrizione a vita", e tutti i membri del Comitato Esecutivo ritengono che la presenza di soci a vita sia vantaggiosa per l'Associazione. Durante lo scambio di opinioni, è stato suggerito di concedere l'iscrizione a vita al coniuge superstite o alla persona a carico superstite di un socio a vita senza alcun costo aggiuntivo. Al Comitato Consultivo per la Campagna Soci è stato affidato il compito di presentare una proposta in tal senso. Nella riunione di giugno del Comitato Esecutivo questa proposta del Comitato Consultivo per la Campagna Soci è stata presentata ed infine adottata.

Gli argomenti a favore di questa proposta sono che il rapporto del coniuge superstite con

il Fondo Pensioni continua dopo la scomparsa del socio in quanto il coniuge superstite riceve una prestazione pensionistica ridotta. Inoltre, lo Statuto prevede che, al momento della scomparsa del socio, il coniuge superstite può diventare socio. La concessione dell'iscrizione a vita al coniuge superstite di un socio a vita può anche essere considerata una ricompensa per la sua lealtà e il suo sostegno all'Associazione. È anche un segno del nostro continuo rapporto con il defunto e la sua famiglia e se l'iscrizione a vita viene automaticamente offerta al coniuge superstite di un socio a vita, potrebbe essere un incentivo per i nuovi soci a sottoscrivere una "iscrizione a vita", in quanto la FFOA si prenderà cura degli interessi del coniuge superstite, vale a dire, una sorta di assicurazione sulla vita. Questa opzione sarà disponibile con effetto immediato, ma non retroattivamente. I coniugi superstiti possono iscriversi presentando una domanda d'iscrizione. Siete tutti i benvenuti.

Rinnovate la Vostra Iscrizione Annuale

Rinnovate la Vostra Iscrizione Annuale pagando €25 nei seguenti modi:

- attraverso trasferimento bancario sul conto corrente della FFOA presso la Banca Intesa San Paolo, Agenzia FAO, IBAN: IT50 T030 6903 3560 0732 637 0137 (BIC: BCITITMM700)
- Attraverso trasferimento bancario dal vostro conto corrente UNFCU al conto corrente UNFCU della FFOA N0. 10-17710700001, Numero di Routing 226078609

Nuovi Soci

Il Segretariato

Un benvenuto caloroso ai nuovi soci della FFOA:

Sig.ra Ines BENINI
Sig. Walter BONDI
Sig.ra Nina BRANDSTRUP
Sig.ra Sylvie CONRAD

Sig.ra Elisabetta CONTI
Sig.ra Laura D'AGOSTINI
Sig.ra Gabrielle DUFFY
Sig. Louis GAGNON
Sig.ra Gordana JERGER
Sig.ra Bianca LATTUADA
Sig.ra Silvia LUISI
Sig.ra Anna Teresa MAJKOWSKI
Sig.ra Priya Elizabeth MAKKANDAY
Sig. Ajay MAKKANDAY
Sig.ra Erminia MALAVASI
Sig.ra Linda MANDOLINI
Sig.ra Geneviève MERCEUR
Sig. Andrea MUGNANO
Sig.ra Daniela PARIS
Sig. Thomas PRICE
Sig.ra Marina RAIS
Sig.ra Rosina SALERNO
Sig. Rami SARAVANAMUTTU
Sig.ra Linda SAROUCOS
Sig.ra Silvana SCALZO
Sig. Beat SCHULER
Sig. Akmet Hakan TONGUL
Sig.ra Florence VERVIAL
Sig.ra Annie VILCOCQ
Sig.ra Jamie WATTS

Tutti i pensionati dovrebbero iscriversi alla nostra Associazione per sostenerne la funzione e il lavoro di rappresentanza dei loro interessi e dovrebbero incoraggiare gli ex-colleghi a fare lo stesso!!!

In Memoriam

Il Segretariato

A nome di tutti i soci della FFOA, inviamo le nostre più sentite condoglianze alle famiglie ed amici dei soci che ci hanno lasciato.

Sig. John CADDY	13/05/2021
Sig.ra Jacqueline CHATELANAT	03/05/2021
Sig. Silvano Vittorio COLLORIDI	11/04/2021
Sig.ra Lidia D'ALESSIO ARRIGONI	14/05/2021
Sig. Francis MIFSUD	26/03/2021
Sig. Muhammad NASIM	02/05/2021
Sig.ra Ernesta NOCCHI MAGGIO	08/05/2021
Sig. Romano PANTANALI	18/05/2021

Sig. Franco PONTECORVI	08/02/2020
Sig. Romain RICARD	25/06/2021
Sig.ra Iolanda VIRGILI	21/03/2019

NECROLOGIO - Julien Périssé

1936 - 2020

Julien Périssé è venuto a mancare lo scorso dicembre. Originariamente farmacista, dopo un'esperienza sul campo in Africa, divenne un nutrizionista di fama mondiale di cui la FAO poteva essere orgogliosa. Gli piaceva la ricerca scientifica e il contatto umano. La sua grande modestia lo rese riluttante a guidare gli altri e quando fu nominato vicedirettore della Divisione Nutrizione - il suo lavoro aveva ampiamente contribuito al suo prestigio - cercò di rifiutare la sua promozione per lasciare, diceva, il "posto ai giovani". Aveva ricevuto il prestigioso premio della Fondazione Francese per la Nutrizione (ora Istituto Francese per la Nutrizione). Era un uomo buono e generoso, pieno di umorismo e talento guascone. Aveva un'incredibile capacità di interessarsi ai giovani, e i giovani amavano ascoltarlo.

Dominique Alhéritière

Notizie dalle Organizzazioni delle Nazioni Unite

FAO

Edward Seidler

La FAO ha fatto fronte ai suoi impegni globali tenendo conto dell'esigenza di garantire la salute e il benessere del personale; in molti casi tutto ciò si è tradotto in interventi virtuali. Le riunioni della FAO (Consiglio e Comitati) si sono svolte virtualmente con successo. La Conferenza della FAO si è tenuta a Roma dal 14 al 18 giugno virtualmente e Bill Gates ha tenuto la consueta McDougall Memorial Lecture attraverso un videomessaggio. La Conferenza ha nominato il Sig. Hans Hoogeveen nuovo Presidente Indipendente del Consiglio (ICC) per il periodo 2021-2023, in quanto l'attuale Presidente, il Sig. Khalid Mehboob, andrà in pensione dopo due mandati da Presidente.

La FAO ha guidato la risposta al COVID-19 in Italia e ha organizzato la vaccinazione di oltre 2000 dipendenti, persone a carico e pensionati negli ultimi 3 mesi; il 67% della forza lavoro della sede centrale ha ricevuto almeno la prima dose di vaccino. La FAO ha organizzato programmi di vaccinazione in collaborazione con le Nazioni Unite in 54 paesi a partire dal 10 giugno e a breve aprirà la registrazione per le vaccinazioni in altri 14 paesi.

PAM

Georgia Shaver

L'accesso limitato alla sede centrale del PAM continua mentre la Regione Lazio, dove si trova Roma, rivede i diversi livelli di accessibilità a causa del COVID-19 (anche se la situazione sta migliorando). L'implementazione della vaccinazione procede. La sede centrale del PAM ha ricevuto una unica fornitura d'emergenza di dosi per vaccinare il personale essenziale (frontline) con sede a Roma. Ai dipendenti, ai loro familiari a carico e ai pensionati che desideravano vaccinarsi ma non potevano accedere al Servizio Sanitario Nazionale sono state offerte vaccinazioni a maggio attraverso un accordo separato con il Ministero della Salute. Per il personale delle Nazioni Unite sul terreno, i vaccini stanno diventando disponibili attraverso la catena di approvvigionamento delle Nazioni Unite; dei 52 paesi che hanno richiesto assistenza, 41 paesi sono pronti a riceverli e amministrarli. I vaccini sono stati donati o acquistati.

Il PAM sta facendo tutto il possibile per contenere l'impatto sui suoi dipendenti a causa del recente deterioramento della situazione pandemica in India e Nepal. La FFOA è stata invitata, insieme ai rappresentanti di UGSS e PSA, a partecipare a una sessione informativa dell'Unità di Assicurazione Sanitaria del PAM (Divisione Benessere del Personale) sull'andamento nel 2020 dei piani di Assicurazione Sanitaria e Cigna.

Il Comitato per l'Assicurazione Sanitaria (Health Insurance Board) del PAM sarà istituito ufficialmente nei prossimi mesi. Il prossimo Piano Strategico 2022-2026 sarà presentato al

Comitato Esecutivo a novembre 2021. Il PAM ha vinto il prestigioso Franz Edelman Award for Achievement in Advanced Analytics, Operations Research and Management Services, la più grande competizione al mondo per analisi e ottimizzazione avanzate. Per questo premio il PAM ha presentato il lavoro del gruppo analitico interfunzionale, guidato dall'Unità di Pianificazione della Catena di Approvvigionamento, durante la risposta al COVID-19. Per chi fosse interessato a saperne di più c'è un ottimo video su YouTube intitolato "2021 Edelman Winner: UN World Food Programme".

FAFICS

Marco Breschi

Durante i primi sei mesi di quest'anno, la FAFICS ha partecipato attivamente ai lavori dei vari comitati e gruppi di lavoro del Comitato Pensioni. Un'area di lavoro cruciale per la FAFICS continua ad essere il Gruppo di Lavoro sull'Amministrazione, nominato dal Comitato Pensioni per affrontare tutte le questioni di amministrazione. Siamo lieti di riferire che sono in corso notevoli progressi e si spera che a luglio il Comitato Pensioni sarà in grado di raggiungere un consenso per le raccomandazioni all'Assemblea Generale su una serie di questioni, in particolare la riduzione delle sue dimensioni e la revisione della sua composizione.

La nuova proposta prevederà una riduzione delle dimensioni del Comitato, pur mantenendo un numero ragionevole di membri (il numero esatto è ancora in fase di revisione e riservato) e garantendo una rappresentanza equa di tutto il suo elettorato – Stati Membri, Capi Esecutivi e Partecipanti – nonché le modalità per la loro partecipazione alle sessioni del Comitato, compreso il ruolo dei rappresentanti dei pensionati. La FAFICS spera di mantenere un numero considerevole di rappresentanti, rispetto alle proposte originarie avanzate dal consulente indipendente e da alcuni partecipanti delle Nazioni Unite, vale a dire un solo rappresentante FAFICS. In effetti, ci aspettiamo di preservare in larga misura la nostra delegazione.

Il Comitato Pensioni continuerà a riunirsi ogni anno a luglio per una sessione principale, di persona (quando ciò sarà possibile di nuovo) e inoltre ci saranno due sessioni intermedie, virtuali, nel primo semestre di ogni anno. Ciò migliorerà la produttività, mantenendo i costi sotto controllo.

Al fine di garantire continuità e efficacia d'azione, il Presidente della FAFICS, in consultazione con il proprio Ufficio di Presidenza e il Consiglio, ha deciso di mantenere l'attuale delegazione nella sua totalità per la Sessione del Comitato Pensioni di luglio 2021.

La FAFICS sta collaborando con le Nazioni Unite e il Fondo Pensioni in una campagna di vaccinazione contro il COVID-19 per raggiungere quei pensionati che vivono in aree in cui l'accesso ai vaccini è più difficile rispetto ad altre parti del mondo dove i piani governativi sono disponibili e accessibili. La FAFICS è in contatto con gli uffici nazionali AFICS per un efficace coordinamento con il Fondo. La FFOA sarà coinvolta e tenuta al corrente sui progressi compiuti.

La Buona Salute

Sabatino Salvi



COVID-19 (Vaccini)

Per porre fine alla pandemia di COVID-19 un equo, sicuro ed efficace accesso ai vaccini è fondamentale, pertanto è estremamente incoraggiante vedere così tanti vaccini testati e prodotti e pronti all'uso. L'organizzazione

dell'OMS lavora incessantemente con altri partners a sviluppare, produrre e distribuire vaccini efficaci e sicuri.

Vaccini sicuri ed efficaci sono uno strumento rivoluzionario ma per il prossimo futuro dobbiamo continuare ad indossare le mascherine, lavarsi le mani, assicurare una buona ventilazione degli ambienti chiusi, e mantenere la distanza sociale evitando altresì luoghi affollati.

Essere vaccinati non significa gettare la prudenza dalla finestra mettendo così a rischio noi stessi e gli altri soprattutto perché la ricerca è ancora in corso su quanto i vaccini proteggano non solo contro le malattie ma anche contro infezioni e diffusi del contagio.

Non è il vaccino che fermerà la pandemia, sono le vaccinazioni. Dobbiamo assicurare un giusto ed equo accesso ai vaccini ed assicurare che ogni paese li riceva e li possa impiegare per proteggere il suo popolo, iniziando dai più fragili.

(Estratto e adattato da articoli dell'OMS)

Notizie dai Soci

Trekking e Yoga della Risata

Gianna Paganelli



Avevo letto dello yoga della risata e quando ho visto che veniva abbinato ad un trekking urbano mi sono iscritta subito. Abbiamo camminato nella natura del parco urbano del Pineto a Roma e ogni tanto ci siamo fermati per una pausa di

gioia e benessere, guidati da una istruttrice, per riscoprire il valore terapeutico della risata; specialmente dopo questi mesi passati in lockdown.

Un gruppo di 10 persone che non si conosceva ha interagito, ha fatto gli esercizi, ha battuto le mani ritmicamente, dicendo “ho-ho, ha, ha, ha”. Il primo esercizio è stato quello della respirazione con il diaframma: inspirare gonfiando la pancia, trattenere ed espirare con una bella risata. Abbiamo fatto l'esperimento di ridere con tutte le vocali: alla fine le nostre guance erano indolenzite. Provare per credere! Abbiamo stimolato la risata solo guardandoci negli occhi, accorgersi che la persona c'è veramente e che accoglie l'invito allo sguardo e alla risata: momento magico. Ci sono stati momenti di improvvisazione come il parlare senza senso (grammelot) usando suoni simili a parole, ma che non hanno alcun significato reale. Ci ha suggerito di usare questa tecnica quando si sta litigando per scaricare la rabbia ma al tempo stesso evita di ferire con le parole. Abbiamo immaginato e recitato una situazione ed un ruolo per andare oltre la nostra mentalità. Abbiamo riso tanto!

Alla fine della camminata (18 km) eravamo d'accordo che lo yoga della risata può essere un ottimo modo per scatenarsi, divertirsi e imparare di nuovo la gioia di ridere, anche senza motivo.

Dovremmo praticare le tecniche di risata almeno 10-15 minuti al giorno per avere degli effetti chimici positivi. A casa, guardati allo specchio e dai il benvenuto a te stesso. Quando ti specchi, c'è sempre qualcosa per cui ridere.

Che cos'è lo Yoga della Risata

Nel 1995 Dr Madan Kataria, medico indiano di Mumbai, decise di applicare praticamente le diverse teorie scientifiche che descrivevano i benefici della risata sulla salute della mente e del corpo. La disciplina del dottor Kataria fonde insieme la tecnica di respirazione del Pranayama (branca dello yoga classico) con la risata indotta. Si compiono una serie di esercizi di movimento e respirazione specifici per ridere senza motivo.

La risata agisce sul sistema immunitario, fortificandolo, e stimola i muscoli addominali,

oltre che il diaframma, favorendo la produzione di ormoni del benessere come la serotonina, oltre che le endorfine. Se siamo più rilassati naturalmente anche la nostra mente lo è e gli effetti sull'umore sono immediati contribuendo a migliorare la qualità della vita e gestire meglio le difficoltà.

La Risata è la Migliore Medicina

(Collezioni)

Mohamed Saleheen



1. Il Barbiere...

Un uomo si reca dal barbiere per un taglio di capelli prima di fare un viaggio a Roma. Parla del viaggio con il barbiere che gli dice: "Roma...?? perché qualcuno dovrebbe voler andarci...?? È affollata, sporca e piena di italiani... sei pazzo ad andare a Roma. E... come ci vai...??"

"Prendiamo United", è stata la risposta.

"Abbiamo trovato un'ottima tariffa!"

"United Airlines...??" esclamò il barbiere. "È una compagnia aerea terribile... i loro aerei sono vecchi, i loro assistenti di volo sono sgarbati, e sono sempre in ritardo. E, dove alloggerai a Roma...??"

"Staremo in centro al Marriott International."

"Quella discarica! È il peggior hotel della città. Le camere sono piccole, il servizio è pessimo ed è troppo caro. E, cosa farete quando sarete lì...??"

"Andremo a visitare il Vaticano e speriamo di vedere il Papa."

"Questa è grossa, rise il barbiere." Tu e un milione di altre persone che sperano di vederlo. Sarà piccolo come una formica. Cavolo, buona fortuna per questo tuo schifoso viaggio. Ne avrai bisogno."

Un mese dopo, l'uomo ritornò dal barbiere per il suo solito taglio di capelli. Il barbiere gli chiese del suo viaggio a Roma.

"È stato meraviglioso", rispose il tale, "non solo abbiamo viaggiato puntuali su un aereo nuovo di zecca della United, ma era in overbooking e ci hanno promosso in prima classe. Il cibo e il vino erano eccellenti, e c'era una bellissima hostess di 28 anni che mi ha servito alla perfezione. E l'hotel... è stato fantastico! Avevano appena finito un lavoro di ristrutturazione da 25 milioni di dollari e ora è il miglior hotel della città. Anche loro erano in overbooking, quindi si sono scusati e ci hanno dato la suite presidenziale senza costi aggiuntivi!"

"Beh, "mormorò il barbiere", il Papa sicuramente non lo hai visto."

"In realtà, siamo stati abbastanza fortunati, perché mentre visitavamo il Vaticano, una Guardia Svizzera mi ha bussato sulla spalla e mi ha spiegato che al Papa piace incontrare personalmente alcuni dei visitatori, e se fossi stato così gentile da entrare nella sua stanza privata e aspettare, il Papa mi avrebbe accolto personalmente. Infatti, cinque minuti dopo il Papa ha varcato la porta e mi ha stretto la mano! Mi sono inginocchiato mentre lui mi mormorava alcune parole."

"Davvero...??" chiese il Barbiere. "Cosa ti avrebbe detto...??"

Ha detto, * "Dove hai fatto questo taglio di capelli di merda...??"*

2. Perché Tutti i Piloti Vanno in Paradiso?

Un sacerdote muore e sta aspettando in fila al cancello del cielo.

Davanti a lui c'è un ragazzo, vestito alla moda, con occhiali da sole Ray Ban scuri, una camicia appariscente, giacca di pelle e jeans. Arroganza e atteggiamento spensierato personificati!

Dio al ragazzo: Chi sei?

Ragazzo: Sono un pilota. Ho volato per tutta la vita. E ora spetta a te prenderti cura di me amico...

Dio: Benvenuto. Prendi questa veste d'oro ed

entra nel regno dei cieli.

Dio al Sacerdote: Chi sei?

Sacerdote: Signore, sono un prete e ho trascorso 40 anni a predicare Dio e cose buone alla gente.

Dio: Prendi questa veste di cotone ed entra in paradiso.

Prete: Dio, come mai questo pilota avventato e arrogante ottiene una veste d'oro e io che ho passato tutta la vita a predicare il bene ne prendo solo uno di cotone.

Dio: Risultati, figlio mio, risultati. Mentre predicavi, la gente dormiva, ma quando lui era alla guida del suo aereo, la gente pregava davvero...

"Sono le prestazioni, non la posizione che conta!!"

3. Risatella Mattutina...

All'uscita dal negozio, non sono riuscita a trovare le mie chiavi. Non erano nelle mie tasche. All'improvviso ho capito che dovevo averle lasciate in macchina. Freneticamente, mi sono diretta al parcheggio. Mio marito mi rimprovera spesso perché lascio le chiavi nell'accensione della macchina e teme sempre che l'auto possa essere rubata.

Mentre mi guardavo intorno nel parcheggio, ho capito che aveva ragione. Il parcheggio era vuoto. Ho subito chiamato la polizia. Ho dato loro la mia posizione, ho confessato di aver lasciato le chiavi in macchina e che era stata rubata. Poi, ho fatto la chiamata più difficile di tutte a mio marito: "Ho lasciato le chiavi in macchina ed è stata rubata".

C'è stato un momento di silenzio. Ho pensato che la linea fosse caduta, ma poi ho sentito la sua voce. "Mi stai prendendo in giro?", Ha abbaiato, "Ti ho lasciata io!"

Ora era il mio turno di stare in silenzio. Imbarazzata, ho detto: "Beh, vieni a prendermi." Mi ha risposto: "Lo farò non appena avrò convinto questo poliziotto che non ho rubato la tua dannata macchina!"

Benvenuti negli anni d'oro...

Hahaha!

4. È un Capolavoro di Barzelletta da Leggere

Un bengalese, un punjabi, un guarati e un *keralita irriducibile di sinistra* sono riluttanti al vaccino COVID-19.

Il dottore li chiama uno per uno

Dice al bengalese, "Devi fare il vaccino."

Il bengalese risponde "No."

Il dottore dice, "Ogni uomo colto e civile si vaccina."

Il bengalese quindi si vaccina.

Poi entra il punjabi

Il dottore dice, "Ecco il tuo vaccino."

Il punjabi dice "No."

Il dottore quindi dice "Tutti i tuoi vicini si sono vaccinati."

Allora il punjabi si vaccina.

Quindi entra il guarati.

Il dottore dice "Fai la vaccinazione."

Il guarati dice "No."

E il dottore dice: "È un ordine del Primo Ministro Modi."

Allora il guarati si vaccina.

In fine entra il keralita

Il dottore gli dice di vaccinarsi

Il keralita risponde "No."

Il dottore dice che ogni persona colta e civile si vaccina

Il keralita risponde di lasciarlo in pace perché non si vaccinerà mai

Il dottore allora dice "Tutti i tuoi vicini lo hanno fatto"

Il keralita risponde, "Non mi interessa."

Allora il dottore gli chiede:

"Da quale stato provieni?"

Il keralita risponde, "Vengo dal Kerala."

Il dottore dice, "Oh scusa, non hai *diritto* al vaccino."

Il keralita dice: "Cosa!?! Chi sei tu per dirmi che non posso avere il vaccino? Come osi negare i miei diritti fondamentali! Dammi il vaccino o protesterò fuori della tua clinica!"

Il dottore è felice di procedere alla vaccinazione e il "Mallu" è orgoglioso di vaccinarsi e dice ai suoi compagni: "Ho dovuto impormi per essere vaccinato!"

Incredibile!



Raccontaci delle tue Vacanze Estive



Abbiamo fantasticato molto sui viaggi nell'ultimo anno. Con i vaccini che arrivano in tutto il mondo, vogliamo recuperare qualcosa a cui abbiamo rinunciato durante l'era del lockdown: le vacanze estive. Hai intenzione di viaggiare questa estate?

Per favore, condividete la vostra esperienza personale. Farebbe piacere a tutti. Potete scrivere in inglese o in italiano, indirizzando il vostro contributo alla FFOA, all'attenzione della Coordinatrice del Notiziario, Gianna Paganelli.

Chiusura Estiva dell'Ufficio della FFOA

Il Segretariato

L'ufficio della FFOA sarà chiuso dal 2 agosto al 3 settembre per le consuete ferie estive. Riaprirà il 6 settembre. Si prega di notare che i messaggi non verranno letti regolarmente durante questo periodo e le risposte potrebbero subire ritardi!



Notiziario 114

Giugno 2021

Il Notiziario, bollettino ufficiale della FFOA, è pubblicato in inglese e in italiano tre volte all'anno ed è distribuito per via elettronica a coloro che hanno accesso ad internet, ed in forma cartacea a tutti gli altri soci. I numeri correnti e arretrati del Notiziario sono disponibili sul sito FFOA: www.ffoa-web.org. Suggerimenti o contributi dei soci sono benvenuti. Il costo della stampa del Notiziario, così come degli altri documenti della FFOA, è sostenuto dal PAM. Il costo per la spedizione dei documenti dell'Assemblea Generale è sostenuto dall'IFAD. La FFOA è grata per tali contributi.

Coordinatore della Comunicazione: **Mohamed Saleheen**
 Coordinatrice: **Gianna Paganelli**
 Redazione: **Isabella Pontecorvo, Giuliano Pucci**

Grafico: **Omar Bolbol**
 Traduttrice: **Maria Gattone**
 Distribuzione/Pubblicazione WEB:
Gabriella Sborchia, Alessandro Bertini

FFOA, c/o FAO, Viale delle Terme di Caracalla, 00153 Roma, Italy
Internet: www.ffoa-web.org **Tel. (+39) 06-5705 5623/5705 6016**

Room: E-005
Email: ffoa@fao.org

A proposito della FFOA

Dal 1971 la FFOA opera per curare gli interessi dei pensionati delle Agenzie delle Nazioni Unite con sede in Italia, ovunque essi risiedano. Conta un sempre crescente numero di iscritti che ammonta a più di 2.300 pensionati di FAO, IFAD, PAM, ICCROM ecc. tra tutte le categorie del personale. La FFOA ha sede presso la FAO a Roma.

Rappresentanza

La FFOA rappresenta ufficialmente gli interessi dei pensionati nelle relazioni formali con la dirigenza di FAO, IFAD e PAM. Siamo presenti nei tavoli dove si tengano discussioni rilevanti per i pensionati. La FFOA è anche attiva nella Federazione delle Associazioni di ex Funzionari Internazionali, che riunisce 63 associazioni come la nostra per rappresentare i pensionati a livello di Sistema delle Nazioni Unite.

Sostegno

La FFOA lavora per migliorare i benefici pensionistici - in particolare le pensioni e l'assicurazione medica - e per proteggere gli interessi dei soci in generale. Rispondiamo anche a richieste individuali da parte dei soci per assistenza, guida e orientamenti vari su questioni relative al pensionamento ed all'invecchiamento in generale (tutti questi servizi sono forniti dai soci su base volontaria). I soci sono informati sugli sviluppi nelle aree di interesse attraverso il Notiziario, un sito web e contatti diretti per posta (compresa la posta elettronica).

Cameratismo

La FFOA promuove contatti e scambi sociali e culturali tra i soci, attraverso un forum di discussione via web e attraverso un ampio ventaglio di attività sociali e culturali. Amici e colleghi della zona di Roma si incontrano alla FAO il primo mercoledì di ogni mese per il "Coffee Morning" – siete invitati a farci un salto se siete nelle vicinanze!

Aiuto a chi è in difficoltà

Essere un pensionato può significare avere delle difficoltà e vivere in solitudine. Volontari della FFOA sono disponibili a dare un supporto ai soci in difficoltà, attraverso il telefono o organizzando visite a casa. La FFOA offre anche dei piccoli prestiti senza interessi (massimo 1.500 Euro) per far fronte ad emergenze a breve termine.

Servizio

Anche dopo la conclusione della propria carriera, i pensionati delle Nazioni Unite continuano ad interessarsi alle questioni legate allo sviluppo e si sentono coinvolti nel sostenere gli obiettivi dei loro ex datori di lavoro. La FFOA prende parte a riunioni ed eventi importanti a Roma, aggiorna i propri soci su attività-chiave e relativi conseguimenti nel Sistema delle Nazioni Unite e fornisce anche un supporto diretto.

Tenetevi aggiornati con la FFOA e i colleghi pensionati

Informatevi sugli ultimi sviluppi relativi ad argomenti importanti per i pensionati attraverso il sito web FFOA: www.ffoa-web.org. Registratevi sul sito per assicurarvi di ricevere sempre le informazioni più recenti e rimanete in contatto con amici distanti ed ex colleghi.

Iscrivetevi alla FFOA

Aggiungere la vostra voce significa aiutare l'Associazione a diventare più forte e più incisiva. La quota d'iscrizione annua è di Euro 25 e la quota d'iscrizione a vita è di Euro 375. La tassa d'iscrizione è di Euro 10. Seguite il link www.ffoa-web.org/eligibility-for-membership per scaricare il modulo d'iscrizione, scrivete a ffoa@fao.org o telefonate agli uffici FFOA al (+39) 06-5705 5623 o 06-5705 6016.

Costituzione di un Fondo di Difesa dei Soci (MDF-FFOA)

1. Scopo

La FFOA ha deciso di creare un fondo da istituire attraverso contributi volontari da parte dei suoi soci. Poiché le agenzie delle Nazioni Unite stanno cercando di ridurre i costi, le possibilità di violazione dei diritti acquisiti del personale e degli ex membri del personale sono reali. Il personale in pensione potrebbe essere nel mirino per la riduzione dei costi. Tra i potenziali problemi che potrebbero riguardare i soci in futuro vi potrebbe essere, tra l'altro, l'adeguatezza delle disposizioni di Sicurezza Sociale (salute, assicurazione sulla vita) da parte delle loro agenzie di appartenenza.

Affinché la FFOA possa essere in grado di ottenere la necessaria consulenza legale professionale su questioni che incidono materialmente sui diritti dei suoi soci, la FFOA ha istituito un Fondo di Difesa dei Soci (MDF) per poter disporre delle risorse necessarie per accedere ai servizi professionali specialistici, qualora necessario.

Il Fondo sarebbe usato per:

- Ottenere pareri e consulenze legali su temi specifici
- Consigliare su opportuni corsi di azione quali i ricorsi legali attraverso vari organismi, ad esempio il Tribunale Amministrativo dell'ILO (ILOAT) e possibilmente il Comitato d'Appello della FAO.

La FFOA potrebbe anche prendere in considerazione casi congiunti con la FICSA o gli organi del personale FAO/PAM/IFAD che cercassero di contestare sviluppi negativi/decisioni amministrative che riguardino o possano riguardare i soci della FFOA.

Il Fondo non sarà utilizzato per finanziare i casi individuali, personali di per sé, ma solo quei casi/problemi che abbiano una rilevanza diretta sui soci della FFOA nel loro complesso (class actions).

2. Finanziamento

Si propone che il finanziamento del Fondo sia su base volontaria con contributi variabili (di Euro/USD 50-200) a seconda delle disponibilità di ogni socio. I fondi saranno contabilizzati separatamente all'interno dei bilanci della FFOA.

3. Utilizzo dei Fondi

I casi/problemi da finanziare attraverso il Fondo saranno decisi a maggioranza dal Comitato Esecutivo della FFOA, che concorderà anche sugli importi da fornire e a quale scopo, tenendo conto dei fondi disponibili.

4. Possibili modi di pagamento – Indicare la Causale (MDF-FFOA)

- Bonifico bancario sul conto corrente della FFOA presso la Banca Intesa, Agenzia FAO HQ No. 732637 01 37 (Euro)
- CAB: 03356, ABI: 03069, BIC: BCITITMM700
- IBAN: IT50T0306903356007326370137
- Trasferimento dal conto UNFCU al conto FFOA UNFCU USD , conto corrente No. 10-17710700001
- In contanti o con assegno bancario intestato a "FFOA" presso gli uffici della FFOA