

EnpabMAGAZINE



Anno 3
Numero 3/2025

Notiziario Bimestrale della Cassa di Previdenza dei Biologi

Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - 70% - Roma /Aut. GIPAC/IRM/05/2011

2020-2025 Bilancio di un mandato



Sommario

2 Opinione



**XI Giornata Nazionale
del Biologo
Professionista**
24-25 maggio 2025
**Quanto è bello
essere biologi**
Tiziana Stallone

4 Welfare



GNBP 2025
Voci dalle piazze
Storie, immagini
ed emozioni
da un'edizione
straordinaria

EnpabMAGAZINE

Notiziario Bimestrale della
Cassa di Previdenza dei Biologi

Anno 3 - Numero 3
Maggio/Giugno 2025

Iscritto in data 18 maggio 2023 al n. 74/2023
del Registro Stampa del Tribunale di Roma

Direttore Responsabile
Tiziana Stallone

Hanno collaborato
Daria Ceccarelli, Irene Pugliese.

Enpab
Via di Porta Lavernale, 12 - 00153 Roma
Tel. 06.4554.7011 - Fax 06.4554.7036
enpabmagazine@enpab.it • info@enpab.it
www.enpab.it

Grafica e impaginazione
Claudia Petracchi
claudia.petracchi@gmail.com

*Le immagini sono libere da copyright
e perlopiù tratte da Pixabay e Freepik*

Stampa
Silvestro Chiricozzi S.r.l.

finito di stampare luglio 2025

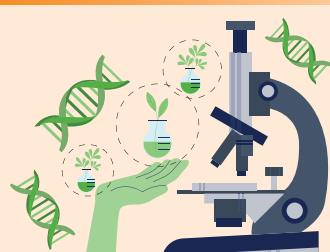


Associato all'USPI
Unione Stampa Periodica Italiana

15 Speciale



27 Assistenza



**Le prestazioni a sostegno
della professione**

31 Recensioni

La nutrizione gentile
di Elena Cocchiara

**Mangiamo con gusto,
Mangiamo consapevole**
di Maria Iaria Verderame



Tiziana Stallone

Presidente Enpab
Vice presidente vicario AdEPP

Quanto è bello essere biologi, insieme. È una frase che ci ha scritto uno dei coordinatori di piazza e che, in poche parole, racchiude l'essenza profonda di questa undicesima edizione della Giornata Nazionale del Biologo Professionista.

Un'edizione che ci ha sorpresi ancora una volta, che ci ha fatto emozionare, sentire parte di qualcosa di grande, di condiviso, di utile.

Dopo anni di calendario autunnale, siamo tornati in primavera: una vera e propria primavera della prevenzione, della salute, della sostenibilità. Il 24 e 25 maggio 2025 abbiamo portato il nostro sapere, la nostra competenza, la nostra passione in 19 piazze italiane, trasformandole in vere e proprie città della salute e della prevenzione.

È stato un ritorno alla luce, alla fioritura, alla relazione viva e diretta con le persone. È stato, ancora una volta, un successo. Non solo per i numeri - sempre straordinari - ma per la qualità delle interazioni, per i sorrisi ricevuti, per le domande dei cittadini, per l'entusiasmo dei bambini e dei ragazzi, per la dedizione dei nostri colleghi.

Abbiamo visto file ordinate di cittadini attendere con pazienza la loro

24-25 maggio 2025

XI Giornata Nazionale del Biologo Professionista

Quanto è bello essere biologi

consulenza gratuita; abbiamo assistito a confronti stimolanti tra biologi esperti e giovani colleghi, a momenti di formazione spontanea sul campo, a gesti di attenzione e cura che ci hanno ricordato il perché del nostro lavoro. Abbiamo parlato di alimentazione, genetica, ambiente, sicurezza alimentare e prevenzione. Abbiamo ascoltato storie, raccolto dati, distribuito informazioni.

Abbiamo educato, rassicurato, accompagnato. E poi ci sono loro: gli studenti. Quei volti giovani e curiosi che da anni affiancano i biologi professionisti nelle piazze, imparando sul campo cosa significa davvero essere biologi.

Quest'anno, molti di loro sono tornati non più come studenti, ma come colleghi, come iscritti Enpab. Questo, lasciatemelo dire, è forse uno dei risultati più belli della nostra giornata: essere riusciti a trasmettere il senso profondo della nostra professione a chi si affaccia oggi al mon-

do del lavoro. Con orgoglio, con responsabilità, con entusiasmo.

La GNBP è uno dei capisaldi del nostro welfare attivo. Un esempio concreto di come la previdenza possa uscire dagli uffici e diventare presenza reale sul territorio. Da undici anni portiamo avanti questo progetto con la convinzione che il benessere di un professionista non





sia fatto solo di numeri, contributi, rendite future, ma anche e soprattutto di riconoscimento, identità, possibilità di mettersi in gioco. In 11 anni abbiamo costruito una rete che coinvolge oltre 600 biologi, realizzato migliaia di consulenze gratuite, sulla nutrizione, sulla fertilità, sulla sostenibilità, sulla genetica, abbiamo così raggiunto decine di migliaia di cittadini. Ogni volta abbiamo fatto un passo avanti. Personalmente, ogni edizione mi sembra la più bella. Non perché le precedenti non abbiano lasciato un segno, ma perché ogni anno ci superiamo, impariamo, cresciamo. Ogni anno c'è qualcosa in più: un progetto che si affina, una piazza nuova che si aggiunge, un coordinatore che diventa punto di riferimento, un giovane che trova ispirazione.

razione. Ogni anno si rafforza il senso di comunità che è la nostra vera forza.

Questa Giornata è il simbolo di un modello di previdenza che guarda avanti, che non si accontenta di amministrare, ma vuole costruire: relazioni, formazione, identità, senso di appartenenza alla Cassa, futuro. È il nostro modo di prenderci cura non solo degli iscritti, ma anche della società in cui viviamo e lavoriamo. È l'Enpab che vogliamo: aperto, attivo, presente. Dietro ogni post, ogni foto, ogni video pubblicato in questi giorni, c'è il lavoro instancabile di un'organizzazione diffusa, fatta di consiglieri, fiduciari, coordinatori e responsabili di piazza, colleghi volontari, giovani in formazione, dipendenti Enpab. A tutti loro va il mio più pro-

fondo grazie. Senza il contributo generoso e appassionato di ciascuno, questa macchina straordinaria non potrebbe funzionare. Grazie anche ai cittadini che ci hanno accolto, ascoltato, coinvolto. Grazie alle istituzioni locali che ci hanno sostenuto. Grazie alle università e ai docenti che ogni anno credono in questo progetto e ci affiancano.

Grazie ai nostri iscritti, che sono il cuore pulsante della professione. Ci rivedremo l'anno prossimo, con nuove idee, nuove sfide, nuove piazze. Ma intanto continuiamo a lavorare.

Perché la GNBP è solo una delle tante iniziative di un Enpab che crede nel futuro, che investe nei propri biologi, che vuole continuare a crescere insieme a loro. Sempre.

GNBP 2025 - Voci dalle piazze

Storie, immagini ed emozioni da un'edizione straordinaria

La XI edizione della Giornata Nazionale del Biologo Professionista ha attraversato l'Italia grazie all'energia, alla partecipazione e all'entusiasmo di 19 piazze.

In questo articolo abbiamo raccolto i contributi dei coordinatori: brevi racconti, fotografie, impressioni. Sono frammenti di due giornate intense, il 24 e il 25 maggio, fatte di volti, incontri, dedizione e consapevolezza professionale.

Un modo per rivivere - insieme - un evento che ogni anno si rinnova, lasciando dietro di sé legami, orgoglio e una comunità sempre più unita.



ROMA

L'XI edizione della Giornata Nazionale del Biologo Professionista si è svolta a Roma, nella splendida cornice di Piazza di Spagna. Quest'anno si è respirata un'atmosfera ancora più coinvolgente e affiatata rispetto alle edizioni precedenti.

Ed è proprio questo, in fondo, il segreto del successo di questa giornata: affiatamento, complicità e la voglia sincera di stare insieme. È ciò che rende questi momenti così speciali.

Un ringraziamento sentito va alle mie responsabili di piazza, Manuela Andreozzi e Silvia Angelini, che con pazienza e dedizione mi supportano - e spesso sopportano - durante i preparativi.

È stata una giornata intensa, ricca di emozioni e di legami che si rafforzano anno dopo anno. Quest'anno, in particolare, molti colleghi si sono messi in gioco con entusiasmo, proponendo idee e partecipando attivamente: è nato un bellissimo clima di collaborazione e condivisione.

Questo è lo spirito della nostra "Cas(s)a" Enpab e della GNBP: condivisione, confronto e crescita. Grazie a tutti.



Marta Marini Padovani

BOLOGNA

Come ogni anno la Giornata del Biologo Professionista raduna molti colleghi e offre la possibilità di scambi di informazioni, esperienze e consigli tra realtà diverse.

Da undici anni ormai questo evento coinvolge i biologi e li fa sentire una categoria unita, grazie al grande impegno di Enpab in questa direzione e la piazza di Bologna ha dimostrato anche quest'anno la grande capacità di trasmettere un entusiasmo contagioso.

Nuova location: piazza De' Celestini, che, nonostante le perplessità iniziali, si è rivelata essere un punto strategico nel cuore della città, proprio accanto alla Casa di Lucio Dalla. La piazza ha offerto un'atmosfera accogliente e vivace, ben integrata nel tessuto urbano e capace di attirare l'interesse anche dei passanti.

Quest'anno la GNBP è caduta nello stesso weekend di una manifestazione sportiva podistica, la Strabologna, concentrando un gran numero di sportivi e appassionati per le vie del centro, con molte famiglie e molti bambini al seguito!

Questo ha amplificato la visibilità dell'evento, creando un flusso continuo di persone curiose e interessate, che hanno potuto conoscere da vicino il lavoro



dei biologi e interagire con i professionisti presenti.

Particolarmente apprezzati i nuovi poster tematici realizzati dai partecipanti: uno dedicato alla gestione nutrizionale degli sport di endurance, con consigli su idratazione, bilanciamento dei macronutrienti e timing dell'alimentazione, rivolti a chi pratica sport di lunga durata; e uno sul tema degli insetti edibili, che ha offerto spunti molto attuali sulla sostenibilità alimentare.

A rendere l'atmosfera ancora più

inclusiva e gioiosa hanno contribuito i giochi educativi per i più piccoli, pensati per trasmettere messaggi legati all'alimentazione e alla salute in modo semplice e divertente. Molto apprezzati dai bambini - e, con sorpresa, anche da qualche adulto - hanno rappresentato un momento di leggerezza e partecipazione che ha arricchito ulteriormente l'evento.

Un ringraziamento speciale va ai colleghi che si sono avvicinati con entusiasmo e disponibilità nelle due giornate: la loro presenza, il loro contributo e il loro spirito di collaborazione hanno reso l'iniziativa ancora più ricca e significativa.

*Giulia Nobile
Sara Giannini*

PALERMO

In questa edizione della Giornata Nazionale del Biologo Professionista, grazie al coinvolgimento della facoltà di Scienze Biologiche dell'Università di Palermo, tantissimi studenti hanno partecipato con entusiasmo, impegno e curiosità. È stata quindi un'edizione, per me e per i responsabili di piazza Antonino La Monica e Antonella Monteleone, particolarmente emozionante e che ci ha fatto sentire orgogliosi e responsabili di far scoprire ai futuri colleghi le numerose e possibili alternative professionali dei Biologi ma anche, grazie ai professionisti preparati presenti in piazza, l'importanza della condivisione e della rete tra colleghi.

Federica Barreca



CAGLIARI

La GNBP è come sempre un'occasione unica per portare la nostra professione direttamente tra la gente, due giornate intense e speciali per noi professionisti e per il territorio in cui ci troviamo ad operare.

Noi biologi, durante il percorso di preparazione alle attività e nelle due giornate in piazza, abbiamo avuto la possibilità di conoscerci, di fare gruppo e soprattutto favorire il trasferimento e condivisione delle competenze e conoscenze.

Inoltre, è stata l'occasione per farci conoscere dalla popolazione con le consulenze nutrizionali e le attività sulle diverse specialità della nostra professione che quotidianamente svolgiamo sul territorio.

Abbiamo allestito stand informativi, laboratori interattivi, attività ludiche e momenti di confronto con i cittadini. Abbiamo spiegato come i biologi contribuiscono alla tutela della salute e dell'ambiente, rispondendo a domande, sfatando miti e promuovendo stili di vita più sani e consapevoli.

La partecipazione attiva del pubblico è stata entusia-



smante e ci ha permesso di creare un dialogo diretto e costruttivo con la comunità. Questa iniziativa è ormai fondamentale non solo per sensibilizzare la popolazione sull'importanza della nostra professione, ma anche per rafforzare il senso di appartenenza e collaborazio-

ne tra colleghi. Condividere esperienze, competenze e passioni in un contesto così aperto e stimolante ci rende più uniti e motivati a portare avanti con orgoglio il ruolo del biologo nella società.

Pertanto, mi sento di ringraziare con il cuore tutti i colleghi e gli studenti che, ciascuno secondo le proprie disponibilità e ruoli, hanno partecipato per rendere queste due giornate speciali umanamente e professionalmente.

Sono convinta che eventi come questo rappresentino un passo importante per valorizzare la nostra categoria e per costruire ponti solidi tra professionisti e cittadini, contribuendo così a un futuro più sano e sostenibile per tutti.

Francesca Spiga

SENIGALLIA

Da coordinatrice di piazza per la prima volta mi ritengo pienamente soddisfatta dell'esito. I nostri 172 ospiti sono stati accolti piacevolmente dal nostro team che, anche se un po' ridotto, ha soddisfatto appieno tutte le persone che si sono fermate e incuriosite. Posso dire inoltre di essere pienamente soddisfatta anche perché il nostro evento si è svolto in concomitanza con FOSFORO, evento molto noto nella nostra regione dal 2011, noto anche come la festa della scienza che diffonde cultura scientifica, tecnologica e artistica, che ci ha forse «sottratto» la maggior parte dei bambini dai laboratori da noi pensati. In generale, vedendo poi le classifiche posso dire di essere molto soddisfatta.

Mara Rinaldi



FIRENZE

Sono sincera, sentivo una grande responsabilità quando mi è stato chiesto di coordinare per la prima volta la Piazza di Firenze, perché ho visto negli anni il grande lavoro che c'è dietro le quinte, le enormi connessioni e i legami che si possono creare, ma soprattutto l'importanza nel dare valore alla professione del biologo. Quest'ultimo aspetto è quello che mi premeva di più, e quindi ho trovato l'ispirazione ripensando alla passione e ai motivi che mi hanno fatto scegliere questa meravigliosa scienza che cura e preserva la vita: la biologia. Questa passione e questo entusiasmo l'ho rivisto bene nei col-



leghi ormai amici, negli studenti, nei cittadini che sono stati coinvolti in San Lorenzo a Firenze. L'energia e la passione ci hanno accompagnati anche nei giorni successivi, trasformandosi in voglia di fare rete tra colleghi, voglia di creare progetti, sinergie.

Questa esperienza mi ha fatta davvero crescere, e mi ha fatta sentire ancora di più parte di una grande famiglia. Ringrazio davvero chi ha partecipato non come singolo elemento, ma come parte di un sistema, proprio come accade nel nostro pianeta!

Carlotta Calitri

CATANIA

L'edizione catanese della Giornata Nazionale del Biologo si è svolta presso Piazza Stesicoro, registrando un buon coinvolgimento generale.

La prima giornata ha visto una partecipazione significativa da parte dei volontari (19 presenti), ma è stata parzialmente penalizzata dal maltempo.

Solo nel tardo pomeriggio, in prossimità della chiusura, si è assistito a una ripresa dell'affluenza.

La seconda giornata, con 11 volontari attivi, è stata caratterizzata da un flusso di visitatori più costante a partire dalla tarda mattinata.

Durante entrambe le giornate si sono svolte, oltre alle consulenze nutrizionali gratuite, numerose attività educative per bambini: giochi sulla raccolta differenziata, laboratori sensoriali (riconoscimento di frutta,



verdura, spezie attraverso tatto e olfatto), attività sul «nutripiatto», con creazione di un piatto sano personalizzato da colorare, gioco dell'oca a tema alimentazione, da svolgere a terra saltando tra caselle educative. L'evento ha offerto momenti di confronto e sensibilizzazione su alimentazione, salute e sostenibilità, riscuotendo interesse sia tra adulti che tra i più piccoli.

Irene Scainelli

LECCE

La GNBP per la prima volta è approdata a Lecce! Nella suggestiva cornice di Piazza Sant'Oronzo, 29 biologi hanno partecipato all'evento con grande entusiasmo. Abbiamo fatto il punto sulla nostra professione, discusso le nuove sfide e cercato di rafforzare il senso di appartenenza e la coesione tra colleghi. Le nostre impressioni su questa giornata sono estremamente positive. Abbiamo assistito a un'affluenza notevole e a un interesse palpabile da parte di tutti i partecipanti, segno che la comunità dei biologi è sempre più attiva e desiderosa di confrontarsi e arricchirsi anche dal punto di vista umano. È stato particolarmente stimolante vedere come le diverse specializzazioni del biologo si siano intrecciate, creando un dialogo multidisciplinare che arricchisce e amplia la nostra visione professionale. A Lecce, abbiamo voluto concentrarci su temi cruciali per il benessere quotidiano. Abbiamo organizzato diverse attività incentrate su:

- Stile di vita sano e nutrizione nello sport: consigli pratici per una vita più attiva e per ottimizzare le prestazioni atletiche attraverso l'alimentazione.
- Giochi sulla corretta alimentazione per bambini: con un approccio ludico e interattivo, abbiamo coinvolto i più piccoli nell'apprendimento delle buone abitudini alimentari.
- Sicurezza alimentare e conservazione degli alimenti: abbiamo illustrato le migliori pratiche per garantire la salubrità dei cibi e prolungarne la conservazione.



- Benessere dell'intestino: sono stati approfonditi i legami tra microbiota intestinale e salute generale, con consigli per mantenerlo in equilibrio.

L'entusiasmo dimostrato da chi ha preso parte a queste iniziative ci ha riempito di orgoglio, confermando l'importanza di affrontare temi così attuali e di grande impatto sulla vita di tutti i giorni. In sintesi, la Giornata Nazionale del Biologo Professionista 2025 è stata un successo su tutti i fronti: un momento di crescita professionale, di confronto costruttivo e di celebrazione del ruolo cruciale che i biologi dovrebbero ricoprire. Siamo già proiettati verso la prossima edizione, con l'obiettivo di rendere questo appuntamento sempre più rilevante e partecipato!

Stefania Cavalera

NAPOLI

Undicesima edizione della Giornata Nazionale del Biologo Professionista.

Undici anni di impegno, di passione, di crescita. Undici edizioni di un evento che è ormai diventato un punto fermo per noi Biologi, ma anche per i cittadini che ogni anno ci scelgono e ci danno fiducia.

Quest'anno Piazza Dante a Napoli ha accolto quasi 100 colleghi che hanno mostrato varie competenze della nostra categoria.

Tra le altre cose abbiamo realizzato 580 consulenze nutrizionali gratuite: un risultato straordinario che testimonia quanto il nostro lavoro sia apprezzato e necessario.

In questi anni, abbiamo affrontato insieme sfide e cambiamenti, costruendo qualcosa di unico: un'occasione per raccontare la nostra professione, per promuovere la cultura scientifica e per offrire un servizio concreto alla comunità. Abbiamo visto crescere l'interesse delle persone verso la Biologia, abbiamo risposto alle loro domande, chiarito dubbi e indicato percorsi di salute e benessere.

Ripenso al primo anno, alle incertezze e alla voglia di fare la differenza. Oggi, guardo con orgoglio a questo cammino fatto di nuovi volti, nuove idee, nuovi legami e storie che ci arricchiscono ogni volta.



Quello che non è mai cambiato, però, è lo spirito di squadra, la dedizione e la passione con cui ogni collega dona il proprio contributo.

Un grazie di cuore a Tiziana Stallone, che ha dato vita a questo progetto; a Salvatore Ercolano, che dal primo anno è un riferimento fondamentale di entusiasmo e competenza; a Lavinia Castellano, Davide Sammartino e Elena Martucci, che quest'anno hanno condiviso con me la responsabilità della piazza di Napoli. Grazie a tutti i colleghi che, con il loro impegno, rendono possibile questo grande evento e lo fanno crescere, anno dopo anno.

Undici anni di GNBP: una storia che continua e che ha ancora tanto da raccontare.

Luca Paladino

OSTIA

Quest'anno l'XI edizione della Giornata Nazionale del Biologo Professionista si è svolta anche a Ostia, avvolta dal mare e dal sole del litorale romano in Piazza Anco Marzio.

Da ben 11 anni i biologi si impegnano a rendere questa giornata unica nel suo genere grazie alla professionalità, alla voglia di crescere e condividere senza mai risparmiarsi.

Ed è proprio la voglia di crescere e di stare insieme che ha permesso a molti giovani, e anche ai meno giovani, di



poder creare relazioni professionali e anche personali. È doveroso ringraziare i responsabili di piazza Lorenzo Nasca e Clara Ciampi, compagni di viaggio e non solo, che con grandissima pazienza hanno contribuito attivamente alla realizzazione della giornata.

Ogni anno legami nuovi crescono e quelli esistenti si rafforzano, permettendo a questa giornata di dare un valore aggiunto al futuro dei biologi.

Grazie alla nostra Cas(s)a Enpab!

Luisa Rivelli

PADOVA

Un'esperienza ricca, partecipata e stimolante.

È stata una splendida occasione di divulgazione, confronto e contatto diretto con il pubblico. Tante persone si sono avvicinate, incuriosite e desiderose di saperne di più sulla sana alimentazione, mostrando reale interesse e motivazione a migliorare le proprie abitudini quotidiane.

Molti si sono soffermati a leggere con attenzione i cartelloni informativi, mentre i più piccoli hanno partecipato con entusiasmo ai giochi interattivi proposti dalle colleghi, dimostrando quanto sia importante iniziare presto a parlare di alimentazione in modo semplice e coinvolgente.

La giornata è stata anche un'occasione preziosa per creare connessioni, scambiare esperienze professionali e rafforzare la collaborazione tra colleghi, in un clima di condivisione e crescita reciproca.



La varietà del pubblico, dai ragazzi più giovani alle persone anziane, ha confermato quanto ci sia bisogno di informazione chiara e accessibile a tutti. Grazie a chi ha reso possibile tutto questo con impegno, competenza e passione!

Samuela Vendramini

REGGIO CALABRIA

La GNBP a Reggio Calabria è riuscita a portare in Piazza tanti biologi che, grazie al loro Ente di previdenza Enpab, hanno offerto un servizio gratuito ai cittadini di tutte le fasce di età, dai bambini alle famiglie, dagli adulti agli anziani ed anche ad altre professionalità. Attraverso consulenze



ed informazioni dettagliate, siamo riusciti a far conoscere le varie specializzazioni che caratterizzano la figura del Biologo: dalla genetica forense, alla nutrizione, da igiene e sicurezza, alla fertilità, la sostenibilità e tanto altro ancora. Tutto questo per sensibilizzare la cittadinanza alla prevenzione della salute che passa da un corretto stile di vita e dalla tutela dell'ambiente in cui viviamo!

Da Calabresi e Reggini siamo orgogliosi e felici di aver portato un contributo sentito e partecipato con ottimi risultati! Ci siamo accolti con un sorriso e ci

siamo salutati con nostalgia. Un grazie speciale ad Enpab, in tutte le sue componenti, ai colleghi Biologi e studenti che hanno dato il massimo dell'impegno, collaborando in un clima di gioia ed entusiasmo, un grazie all'Amministrazione Co-

munale di RC che per le due giornate ha illuminato Palazzo San Giorgio dei tre colori dell'Enpab, ai bambini che hanno svolto le attività ludiche proposte e di yoga, alle famiglie, a tutti i cittadini che si sono avvicinati agli stand con curiosità e stima della nostra figura, ai collaboratori che ci hanno aiutato a montare e spostare gli stand, ai colleghi di altre professionalità e rappresentanti di associazioni del territorio reggino che sono passati agli stand per dimostrare interesse, stima e collaborazione con noi Biologi.

Vanessa Polimeni

MILANO

Coordinare la piazza di Milano per la Giornata Nazionale del Biologo Professionista 2025 per la prima volta è stato un grande onore e una bellissima responsabilità.

Quest'anno ho percepito un'energia nuova rispetto alle tante edizioni passate alle quali ho contribuito, una partecipazione più consapevole e viva da parte dei cittadini: ho trovato persone più curiose ma anche più informate sul ruolo del biologo, segno tangibile del lavoro costante che questa Giornata porta avanti da anni nel far conoscere le molteplici specializzazioni della nostra professione.

Oltre alle immancabili consulenze nutrizionali, che restano sempre un punto fermo e molto richiesto, insieme alle Responsabili abbiamo voluto ampliare l'offerta con due iniziative a cui tenevamo molto.

La prima è stata «l'angolo della fertilità», dove nutrizioniste esperte in salute riproduttiva hanno collaborato con delle seminologhe, offrendo consulenze in-



tegrate preziose per chi desiderava approfondire questo tema tanto delicato quanto importante.

La seconda è stata dedicata ai più piccoli: uno spazio gioco educativo dove i bambini hanno potuto divertirsi con alimenti in plastica,

disegnare il proprio piatto sano e giocare con i magneti per imparare a sistemare correttamente i cibi nel frigorifero. Un piccolo seme di educazione alimentare, in cui crediamo tantissimo.

Ringrazio di cuore Enpab per il sostegno e per l'organizzazione di questa Giornata, che non solo favorisce il dialogo con i cittadini, ma rappresenta anche un'occasione preziosa per rafforzare la rete tra noi colleghi, condividere competenze e crescere insieme come comunità professionale.

Chiara Belli

TORINO

La Giornata Nazionale Del Biologo Professionista è un appuntamento imperdibile per noi biologi!

Quest'anno abbiamo avuto la fortuna di avere gli stand in Piazza Castello, una delle piazze più belle di Torino, che ci ha garantito un grande afflusso di persone in un'atmosfera bellissima. Oltre alle consulenze nutrizionali abbiamo organizzato dei giochi per grandi e piccini: uno sul tema della raccolta differenziata e l'altro sull'igiene e sicurezza degli alimenti. Hanno partecipato tanti bambini, incuriositi dalle diverse attività e dai palloncini colorati!

Novità di quest'anno è stato lo spazio dedicato alla biologia forense, grazie al collega Vincenzo Agostini, che ha allestito una finta scena del crimine che ha incuriosito tutti! Ha portato dei reperti in cui si potevano scovare tracce biologiche di diverso tipo, è stata un'attività molto interessante.



La GNBP si rivela sempre molto di più rispetto alle aspettative, il vero cuore pulsante di queste giornate è la professionalità dei colleghi, il senso di appartenenza e di orgoglio verso la categoria, la passione verso la nostra professione!

Valentina Lopez

SALERNO

Anche quest'anno è stato emozionante partecipare alla GNBP come coordinatrice di Piazza, e per questo vi ringrazio sempre. Personalmente, ho trovato straordinario il modo in cui insieme ai biologi, anche nuovi, siamo riusciti a "FARE RETE" e a metterci concretamente al servizio delle persone, rispondendo a domande, offrendo consulenze e distribuendo materiale informativo accessibile e di qualità, grazie alla disponibilità che hanno offerto i colleghi, entusiasti dal primo momento.

Ho particolarmente apprezzato il clima collaborativo tra colleghi e la curiosità sincera delle persone che si avvicinavano agli stand.

Rispetto agli altri anni ho notato cittadini ritornare con l'intensione di chiedere la consulenza dagli stessi colleghi che l'avevano seguiti l'anno scorso e augurandosi di rientrare l'anno successivo.

Ho lavorato in sintonia con i responsabili di piazza tale da creare un gruppo affiatato anche con i nuovi biologi.

Fortunatamente quest'anno hanno partecipato anche colleghi che non si erano mai iscritti e il loro feedback è stato proprio quello di complimentarsi con ENPAB per avere messo a disposizione queste giornate importanti per creare rete.

Benefiche sono state le riunioni effettuate qualche tempo prima della giornata, infatti abbiamo cercato di dare a ogni collega un piccolo compito in modo da renderli partecipi il più possibile e farli sentire parte di una squadra.

Personalmente poi ho ritenuto importante contattare telefonicamente i colleghi di zona (veterani) per sprovarli a partecipare e rispetto agli anni precedenti, quest'anno hanno accettato di partecipare (molti colleghi veterani hanno preferito non iscriversi ma passare comunque per un saluto in piazza).



Da anni queste occasioni mi rafforzano il senso di appartenenza alla professione, e come cittadina, mi ha fatto riflettere sul ruolo chiave che possiamo giocare nella formazione di una società più consapevole e sana. Molti visitatori sono stati attratti dai cartelloni e dai giochi proposti che hanno attirato grandi e piccoli.

La GNBP è stato un successo non solo in termini numerici, ma soprattutto umani. Eventi come questo ci ricordano che grazie alla collaborazione e alla rete di professionisti si possono davvero avvicinare le persone a migliorare la qualità della nostra vita quotidiana.

Veronica Di Sessa

PESCARA

Anche quest'anno con grande passione, dedizione e senso di responsabilità nei confronti di tutta la nostra categoria, abbiamo portato a casa l'XI edizione della Giornata Nazionale del Biologo Professionista. Lo abbiamo fatto grazie all'impegno di tutti dimostrando di essere una squadra fortissima, una rete solida, una famiglia lavorativa. Gli anni passano, ma la voglia di metterci al servizio delle persone, di far conoscere e crescere la nostra categoria attraverso questo importante evento, non passa e non passerà mai. Per questo, ogni anno stiamo cercando di arricchire la giornata con qualcosa di nuovo, per quest'edizione ad esempio, abbiamo portato in piazza "Le Api" con l'associazione FAI (Federazione Apicoltori Italiani).

È stato importante, secondo noi, approfittare della giornata del biologo per sottolineare l'importanza di questi piccoli insetti, indispensabili per la nostra sopravvivenza ed è stato davvero bello vedere tante persone, grandi e piccini, avvicinarsi allo stand per ascoltare la spiegazione sulla vita delle api fornita attraverso un'arnia didattica.

Negli ultimi anni cerchiamo anche di coinvolgere sempre più i bambini che rappresentano il nostro futuro e vanno sensibilizzati ed educati su temi importantissimi come la sostenibilità ambientale e la cor-



retta alimentazione, quest'anno lo abbiamo fatto con la collaborazione delle colleghi che hanno partecipato al progetto "Biologi nelle Scuole" e non solo. Tanti i giochi proposti a cui hanno partecipato con entusiasmo i bambini insieme ai genitori: dal "Nutri Piatto" al "Frigorifero Renato" alla "Ruota delle Stagioni" al "Riconosci i cibi" ecc.

Concludo dicendo che la giornata del biologo professionista è un evento che aspettiamo con ansia e gioia ogni anno ormai da oltre 10 anni, perché ci offre la possibilità di conoscere nuovi colleghi, creare nuove reti, formare e supportare gli studenti, ma anche perché ci aiuta a ricordare da dove siamo partiti, chi eravamo, cosa siamo riusciti a costruire in tutti questi anni e chi ci ha sostenuto quando eravamo anche noi "giovani leve". Al prossimo anno colleghi!

Luisa Serri

BARI

La Giornata si conferma un'importante occasione di confronto e crescita, sia personale che professionale. L'entusiasmo tra i biologi che vi partecipano per la prima volta è sempre palpabile: nascono nuove amicizie, si creano sinergie, e si aprono opportunità di collaborazione. È anche un momento prezioso per ritrovare colleghi già conosciuti, rafforzare relazioni e consolidare la propria rete professionale.

Grande è la soddisfazione nel riscontrare l'interesse e il riconoscimento da parte dei cittadini, sempre più



consapevoli del valore e del ruolo del biologo nei diversi ambiti in cui opera. Un sentito ringraziamento va alle responsabili di piazza, Mariela e Marycarmen, e a tutti i colleghi che hanno partecipato con curiosità, passione e uninstancabile impegno. Con

l'augurio che il ricordo di questa bella esperienza alimenti il desiderio di partecipare ogni anno a questo speciale appuntamento, che ci unisce nella promozione di stili di vita sani e comportamenti sostenibili.

Annamaria Nardone

SAN BENEDETTO DEL TRONTO

Partecipare ad un evento come questo ti cambia la vita.

Anche quest'anno nella piazza di San Benedetto del Tronto abbiamo portato insieme a Enpab e a tutti i professionisti intervenuti la passione che ci lega alla Biologia in tutte le sue sfaccettature. È stato bello incontrare tante persone, condividere idee con i colleghi e affiancare gli studenti, fare squadra tutti insieme per un unico obiettivo: la prevenzione!

Quest'anno abbiamo voluto puntare tanto sulle attività ludico didattiche per i bambini, che hanno riscosso un grandissimo successo. Abbiamo proposto il gioco dell'oca ecologico, il piatto sano interattivo, un laboratorio sui legumi e i loro benefici e un esperimento di estrazione del DNA dalla banana.

Abbiamo riscontrato una cittadinanza partecipe e interessata, attenta all'ambiente e anche a voler migliorare le proprie abitudini alimentari.



L'entusiasmo e la voglia di far conoscere la professione del Biologo è l'energia che ha mosso queste due giornate faticose ma estremamente preziose sia dal punto di vista professionale che personale.

Regina Carbone

COSENZA

Anche quest'anno la Giornata Nazionale del Biologo Professionista si è rivelata un'occasione preziosa di incontro, confronto e divulgazione. A Cosenza abbiamo riscontrato una partecipazione attiva e curiosa da parte dei cittadini, interessati ad approfondire tematiche legate alla salute, all'alimentazione e alla prevenzione.

Tra le iniziative più apprezzate, oltre al **Laboratorio delle Spezie** - pensato per avvicinare le persone a un uso consapevole e salutare degli aromi naturali in cucina - abbiamo organizzato anche uno **show cooking** molto originale: l'idea era dimostrare come si possano preparare pasti equilibrati e gustosi utilizzando pochi ingredienti e senza l'utilizzo dei fuochi. Un modo pratico e creativo per affrontare l'estate, mangiando sano anche senza dover cucinare.

Il riscontro del pubblico è stato estremamente positivo: molti hanno apprezzato l'approccio pratico e accessibile delle proposte, ponendo domande, chie-



dendo consigli e partecipando attivamente alle dimostrazioni. Questo entusiasmo ci conferma quanto sia importante continuare a portare la figura del biologo tra la gente, con proposte concrete e vicine alla quotidianità.

Ringrazio i colleghi che hanno collaborato con entusiasmo e professionalità, contribuendo a rendere anche questa edizione significativa e coinvolgente.

Debora Fuorivia

Bilancio di un mandato

2020-2025

Analizzare ciò che è stato fatto per orientare con consapevolezza ciò che verrà. Il bilancio del mandato Enpab 2020-2025 rappresenta un'occasione preziosa per riflettere sulle scelte compiute e sull'impatto concreto generato in questi cinque anni. Dalla gestione del patrimonio all'andamento delle iscrizioni e dei redditi, dalle politiche previdenziali alle risorse destinate al welfare attivo, ogni dato restituisce una fotografia precisa del percorso intrapreso. Un'analisi necessaria per riconoscere i risultati raggiunti, individuare le aree di miglioramento e guidare le prossime azioni.

Certamente, abbiamo attraversato uno scenario storico inimmaginabile che ha stravolto l'idea che avevamo delle "democrazie mature" del mondo occidentale. La crisi pandemica del 2020, nonostante tutte le ripercussioni negative provocate dalla paura verso un virus sconosciuto e dal fermo dell'economia globale, aveva riaccesso uno spirito vivo di comunità: tutti abbiamo sentito il bisogno di essere uniti. Questo senti-

Certamente, abbiamo attraversato uno scenario storico inimmaginabile che ha stravolto l'idea che avevamo delle "democrazie mature" del mondo occidentale

mento di unità, ahimè, è svanito e dopo due anni, a febbraio 2022, ci siamo trovati di fronte ad una realtà completamente diversa, dove ancora una volta ha prevalso il potere egoistico di conquista con l'inizio di un conflitto che ha visto contrapporsi la visione democratica occidentale con quella che potremmo definire imperialista di Putin.

La guerra in sé porta la paura e la non accettazione della violenza ma anche, purtroppo, l'impotenza come individui di poter sentirsi utili.





È necessario ricordare le conseguenze economiche intimamente legate al conflitto, tenuto conto che l'Europa dipendeva da Russia e Ucraina per la fornitura energetica e che la crisi dell'approvvigionamento del petrolio ha comportato ovviamente una crisi economica generale con conseguenze inflattive importanti e rialzi dei tassi di interesse rivolti a calmierarla.

A ottobre 2023 si è scatenato un nuovo conflitto tra Israele e Palestina.

Dell'anno appena trascorso, non possiamo non richiamare gli eventi più significativi che hanno inciso sulla vita economica e sociale di un mondo globalizzato, senza soffermarmi troppo sui singoli accadimenti - molti, purtroppo, tristemente noti e conosciuti, e ancora troppo pochi quelli che si possano definire autentiche 'guide' per la speranza. Nel 2024 e fino ad oggi, purtroppo, il conflitto tra la Russia e l'Ucraina prosegue.

Il conflitto tra Israele e Palestina continua a non trovare una soluzione e, al contrario, si sta progressivamente estendendo, coinvolgendo sempre più l'area araba e aprendo un nuovo, preoccupante fronte con l'Iran.

In Europa è stata confermata quale Presidente della Commissione Europea Ursula von der Leyen nel solco della continuità ma anche della fragilità dell'Unione. Negli Stati Uniti è stato rieletto Donald Trump come nuovo presidente che da subito ha esasperato le sue politiche conservatrici, contrapponendo un'economia nazionalista ad una economia ormai globalizzata.

Il 2024 ha dato una "ventata" di respiro all'economia che arrivava da anni di penalizzazione per la crescita inflattiva e per le politiche di contraccolpo utilizzate dalla Banche europee con l'innalzamento di tassi di interesse.

Un mix che ha avuto come conseguenza naturale un impoverimento del potere di acquisto ed un aumento della sfiducia verso la ripresa economica.

Che si sia trattato di una "sensazione" e quindi di una ripresa non strutturata ma instabile lo confermano i primi mesi di questo 2025, in cui la politica di contrasto ad un'economia globalizzata portata avanti con esasperazione dagli Stati Uniti ha riacceso la crisi nella "circolazione delle merci" con l'introduzione dei dazi, l'aumento dei prezzi e lo stop alla crescita. In più la paura verso una guerra, questa volta globalizzata, sta condizionando le scelte delle economie europee verso il riarmo che, fino a qualche decennio fa, era assolutamente impensabile.





Il 2024, ahimè, è stato anche l'anno in cui abbiamo preso coscienza, con crescente chiarezza, che la crisi climatica ha raggiunto un punto di non ritorno. È stato l'anno più caldo mai registrato dal 1850: un caldo che ha alimentato un aumento senza precedenti di eventi meteorologici estremi. E mentre il Pianeta lancia segnali sempre più evidenti, la politica degli Stati, egoisticamente concentrata agli affari economici, sembra voltarsi dall'altra parte.



Alla COP29 di Baku (11-22 novembre 2024), i Paesi hanno adottato il Baku Climate Unity Pact, un accordo mirato a contenere l'aumento della temperatura globale a 1,5°C rispetto ai livelli preindustriali, in linea con gli obiettivi dell'Accordo di Parigi. Questo impegno si inserisce nell'obiettivo più ampio di mantenere l'innalzamento della temperatura ben al di sotto dei 2°C. Tuttavia, l'assenza di numerosi leader mondiali ha sollevato preoccupazioni riguardo alla determinazione globale nella lotta contro il cambiamento climatico.

Gli eventi 'positivi' del 2024 ci sono stati regalati dalla scienza e dalla tecnologia, con nuovi orizzonti che fanno ben sperare in una sconfitta definitiva dell'HIV e in una prospettiva sempre più concreta di cura per molte forme tumorali.

Gran parte di questi progressi è dovuta allo sviluppo dell'Intelligenza Artificiale, in particolare con l'introduzione di ChatGPT-5 di OpenAI e di Gemini da parte di Google. Se da un lato queste tecnologie sono in grado di sintetizzare enormi quantità di informazioni e accelerare i risultati di ricerche che finora erano condotte esclusivamente dall'uomo, dall'altro, se non adeguatamente regolamentate, potrebbero limitare il contributo umano, con potenziali conseguenze gravi sull'occupazione nelle libere professioni e, di riflesso, sulla società.



Ricordiamo con orgoglio che per due anni consecutivi, il Premio Nobel per la Medicina è stato assegnato a biologi. Nel 2024, i premiati sono stati Victor Ambros e Gary Ruvkun per la loro scoperta dei microRNA e il loro ruolo nella regolazione genica. L'anno precedente, nel 2023, il premio è andato a Katalin Karikó e Drew Weissman per le loro ricerche fondamentali nello sviluppo dei vaccini mRNA contro il COVID-19. Questi riconoscimenti evidenziano l'importanza della ricerca biologica e delle scoperte scientifiche, che continuano a plasmare la medicina moderna.



La vita del nostro Ente nei cinque anni di questo mandato elettorale

Un obiettivo politico che abbiamo certamente centrato è stato strutturare **un sistema di welfare realmente efficace** per tutti i Biologi professionisti, ampliando l'assistenza e rendendola sempre più aderente ai reali bisogni del Biologo e della sua famiglia. Nonostante le difficoltà legate alla pandemia, non abbiamo abbandonato iniziative rivolte a tutta la categoria, come la **Giornata Nazionale del Biologo Professionista** e **Biologi nelle Scuole**. Questi progetti creano occasioni di crescita professionale, promuovono la consapevolezza del ruolo del Biologo tra i cittadini e incentivano il confronto tra colleghi. Consapevoli della natura multidisciplinare della nostra professione, capace di dialogare con altri ambiti sanitari e tecnici, abbiamo attivato politiche concrete per sostenere i colleghi e prevenire situazioni critiche. In particolare, ci siamo concentrati sulla **formazione sul campo**. Un esempio è la collaborazione con l'Istituto Nazionale per lo Studio e la Cura dei Tumori "Fondazione Giovanni Pascale" di Napoli, attiva dal 2021 e rinnovata annualmente, che ha offerto ai biologi la possibilità di formarsi in ambito ospedaliero, integrandosi nei team medici per sviluppare

**In particolare,
ci siamo
concentrati
sulla
formazione
sul campo**



protocolli nutrizionali innovativi in area clinica e oncologica.

Allo stesso modo, la convenzione con l'Azienda Ospedaliera Papardo di Messina ha garantito importanti percorsi formativi in varie specializzazioni, tra cui l'endocrinologia.

Abbiamo rafforzato la presenza della professione nel settore ambientale, grazie all'accordo quadro con AssoArpa, che ha consentito l'impiego di biologi presso diverse ARPA regionali (Lazio, Umbria, Emilia-Romagna, Calabria).

Abbiamo inoltre promosso percorsi di formazione e potenziamento nel campo della Procreazione Medicalmente Assistita (PMA) e del ruolo dell'embriologo clinico, in collaborazione con l'Ospedale S. Maria di Bari e il centro PMA Tecnobios Baby.9 di Bologna.

La collaborazione con la **Società Italiana di Andrologia** (SIA) ha permesso l'erogazione di borse di studio nel campo della riproduzione umana e della certificazione in seminologia, rispondendo alla crescente domanda di specialisti.





Il potenziamento dei **Previdenza Tour**, con 40 tappe in tutta Italia negli ultimi cinque anni, è stato fondamentale per diffondere la cultura previdenziale e affrontare tematiche scientifiche d'interesse, dalla nutrizione alla genetica, dall'ambiente alla fertilità, dalla sicurezza all'empowerment professionale. In ogni tappa, i dati presentati sono stati elaborati su misura dal nostro Centro Studi.

Abbiamo anche valorizzato la comunicazione digitale per rafforzare la visibilità della professione e favorire il dialogo con gli iscritti.

Gli appuntamenti online **“A pranzo con Enpab”**, 17 negli ultimi tre anni, hanno trattato temi di previdenza, fiscalità, welfare e nuovi ambiti professionali. **Facebook** e **Instagram** ci hanno permesso una comunicazione diretta, rapida e in linea con le esigenze di una platea sempre più giovane.



La FAD sulla riproduzione ha superato i 1300 iscritti

Nel 2024 abbiamo rinnovato la nostra piattaforma **FAD** (Formazione A Distanza), coinvolgendo colleghi con esperienze professionali consolidate per facilitare un

trasferimento orizzontale di competenze. Sono stati attivati corsi su diversi temi, tra cui “Il biologo per la riproduzione e per il benessere” e “Il biologo negli sport di squadra”, che hanno riscosso grande partecipazione: la FAD sulla riproduzione ha superato i 1300 iscritti.

Abbiamo inoltre deliberato investimenti per finanziare corsi tecnici “sulla gestione del rischio e analisi del contesto secondo ISA/IEC 17025: strumenti pratici per un laboratorio di prova”, in collaborazione con l’Associazione Nazionale Garanzia della Qualità (ANGQ), offerti gratuitamente ai colleghi per accrescerne la specializzazione. Sempre nel 2024, abbiamo sottoscritto un **protocollo con Roma Capitale** per promuovere, tra i cittadini, temi fondamentali come sostenibilità ambientale, corretta alimentazione e prevenzione, valorizzando il ruolo del Biologo per la salute pubblica.

Per rafforzare il supporto economico alla professione, abbiamo stipulato un **accordo con Cassa Depositi e Prestiti** che facilita l’accesso al credito destinato all’attività professionale. È nata così una sottosezione speciale Enpab all’interno del Fondo di Garanzia per le PMI, gestito dal Mediocredito Centrale.



In ambito di orientamento al lavoro, abbiamo avviato **progetti con diverse Università** e sostenuto percorsi formativi attraverso borse di studio per master universitari, come il Master di II livello in "Psicobiologia della nutrizione e del comportamento alimentare" o come quello in "Nutrizione personalizzata: basi molecolari e genetiche" patrocinato e in convenzione con Enpab, entrambi presso l'Università Tor Vergata di Roma. Abbiamo partecipato agli Open Day rivolti agli studenti di Biologia, illustrando gli sbocchi professionali, il valore della libera professione e l'importanza dell'iscrizione a una Cassa di previdenza. Collaborazioni attive con società scientifiche come SIERR, SIRU e SIA hanno ampliato ulteriormente le opportunità per i nostri iscritti.



Tra i capisaldi del nostro welfare attivo, la **Giornata Nazionale del Biologo Professionista**, giunta nel 2024 alla decima edizione, è diventata un evento di riferimento.

Da 4 a 20 piazze, da poche decine a 600 colleghi coinvolti, da qualche centinaio a oltre 5.000 consulenze offerte: in dieci anni abbiamo raggiunto circa 10.000 persone, creando una rete solida e attrattiva anche per le nuove generazioni di Biologi. Avete letto nelle pagine precedenti i risultati dell'ultima edizione appena conclusa con le foto-testimonianze dalle piazze italiane che quest'anno sono state 19.

La GNBP rappresenta anche un importante momento di alternanza formazione/lavoro

I numeri non sono il nostro unico motivo di orgoglio. Dopo 11 anni, la Giornata Nazionale continua a regalarci emozioni indescrivibili che ci portiamo a casa e conserviamo fino all'edizione successiva. La GNBP rappresenta un weekend all'insegna della **prevenzione primaria** su argomenti come nutrizione, fertilità, patologie cardiovascolari, disturbi alimentari, ambiente e sicurezza alimentare, educando il cittadino ad un

corretto stile di vita e ad un comportamento sostenibile. Offrire consulenze gratuite in maniera così diffusa e sensibilizzare le persone tramite il nostro materiale informativo, ci consente di raggiungere anche chi potrebbe avere difficoltà a permettersi un appuntamento da un professionista e questo ci aiuta nel lavoro di rallentamento delle possibili patologie.

La Giornata rappresenta anche un importante momento di **alternanza formazione/lavoro** ai fini dell'orientamento alla professione per gli iscritti agli ultimi anni di Biologia e per i neolaureati, sempre tantissimi nelle piazze, per scoprire le diverse aree di competenza, conoscere nuovi colleghi e iniziare a costruire una solida rete professionale.

Il senso della GNBP risiede nella sua capacità implicita di sostenere la professione in termini di visibilità e di **affermazione della figura del Biologo verso la popolazione**.

Lo stesso vale per il progetto **"Costruiamo la salute! Biologi nelle scuole"**, realizzato in collaborazione con il Comitato paritetico del Ministero della Salute e del Ministero dell'Istruzione.

Nell'anno scolastico 2024/2025, 200 Biologi hanno insegnato educazione alla salute e all'ambiente agli alunni delle classi terze elementari. Nato nel 2015 e interamente finanziato da Enpab con borse lavoro per un investimento complessivo di 2 milioni di euro, ha coinvolto nel tempo 1.000 Biologi e circa 500 scuole.

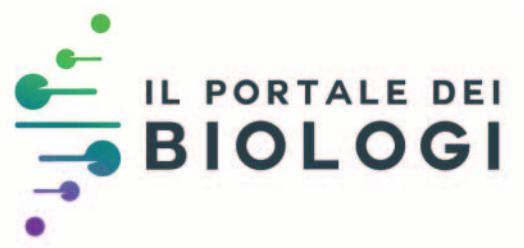


Un altro momento importante di formazione e confronto è stata la nostra presenza costante a **Spazio Nutrizione**, evento di riferimento nazionale nel settore, che nel 2024 ha visto la partecipazione di oltre 600 Biologi all'appuntamento con Enpab, con autorevoli contributi scientifici. Ci rivedremo nel 2025, il 17 e 18 ottobre ad Assago.



Il 2024 ha visto anche la realizzazione del **III Congresso Nazionale Enpab**, intitolato *“Previdenza è salute. Il futuro nelle nostre mani”*. Due giornate ricche di interventi scientifici e istituzionali, che hanno ripercorso la nostra storia e rafforzato il senso di appartenenza alla categoria. Ampio spazio è stato dedicato a temi innovativi come l'Intelligenza Artificiale, One Health e Salutogenesi. Il Congresso, aperto da un messaggio del Santo Padre e da rappresentanti della politica e dell'ambito scientifico della levatura di Bar-

baba Gallavotti, ha ricevuto una straordinaria partecipazione e riconosciuto il ruolo fondamentale del Biologo nella tutela della salute, dell'ambiente e dello sviluppo sostenibile.



Per rispondere alle nuove esigenze del mercato del lavoro e valorizzare il ruolo del Biologo, nel 2023, in collaborazione con FNOB, abbiamo lanciato uno strumento innovativo di salute di prossimità: il **Portale dei Biologi**.

Oltre a fungere da “vetrina professionale”, il Portale favorisce un migliore equilibrio tra vita e lavoro, consentendo l'attività da remoto in momenti di difficoltà (maternità/paternità, assistenza a familiari, malattia, infortunio). Inoltre, stimola la collaborazione interdisciplinare e promuove la ricerca e le indagini di popolazione. contributi senza compromettere la stabilità economica, dando così respiro ai professionisti in difficoltà e assicurando loro un sostegno durante una delle crisi più gravi degli ultimi decenni.



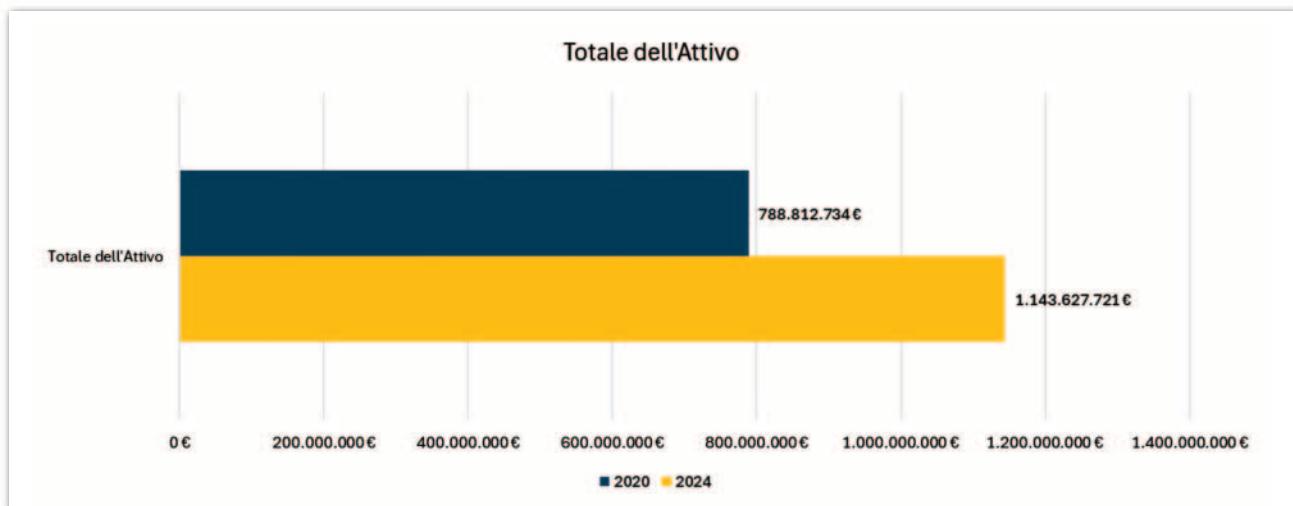
Enpab ieri e oggi, il nostro programma e i risultati raggiunti

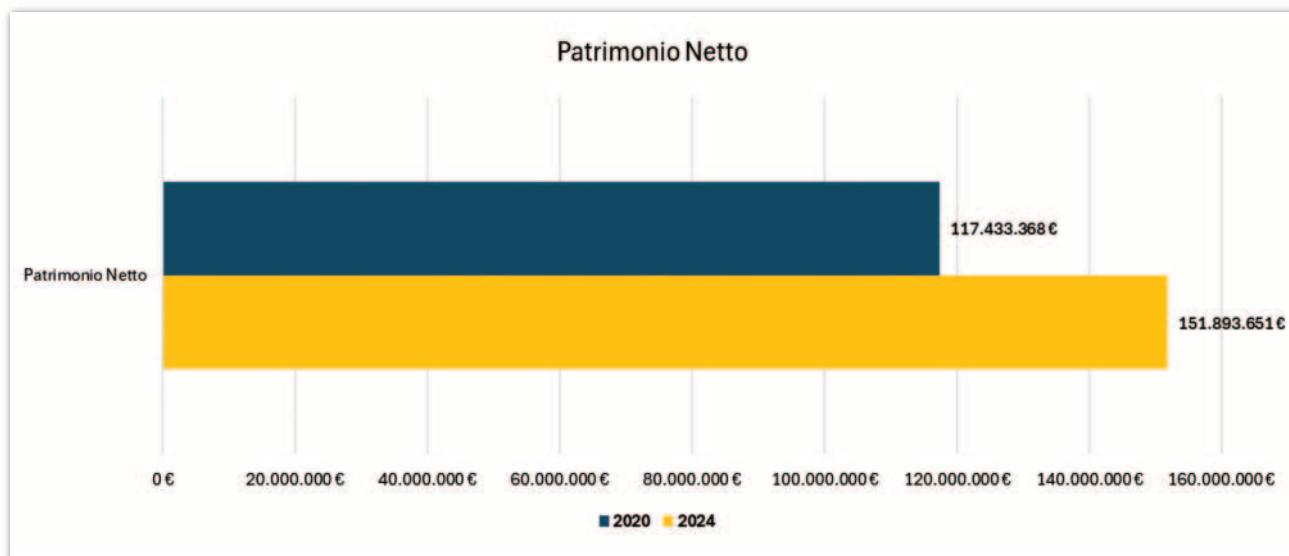
Quali sono i parametri per valutare lo stato di salute di un Ente di Previdenza?

Sicuramente il **Patrimonio**, sicuramente il **valore dei redditi professionali**, sicuramente il **numero degli iscritti**.

Perché il Patrimonio: è intuitivo che un Ente con un Patrimonio decrescente avrà difficoltà ad assicurare le prestazioni pensionistiche o assistenziali future. I **numeri e i valori del nostro Patrimonio confermano il buono stato di salute**: siamo passati da meno di 800 milioni di euro nel 2020 a oltre 1 miliardo di euro nel 2024.

Cosa ancora più significativa è la **crescita del Patrimonio netto** - ovvero quella parte del Patrimonio che eccede rispetto agli averi economici, i quali già di per sé assicurano a ciascuno di noi la garanzia della prestazione previdenziale - che è passato dai 117 milioni di euro del 2020 a poco meno di 160 milioni di euro nel 2024.





Il risultato è frutto di due elementi: responsabilità nel risparmiare propria del ‘buon padre di famiglia’ e la professionalità e capacità di gestire il patrimonio in modo da beneficiare rendimenti superiori ai costi della previdenza.

Passiamo all’altro parametro di valutazione: nell’ultimo quinquennio - ovvero nel periodo della nostra consiliatura - i nostri **redditi medi professionali** sono passati da poco più di 17.000 euro a superare i 20.000 euro, con **una crescita percentuale costante**, nonostante lo “stop” post pandemico.

Gli investimenti nel welfare attivo, gli sforzi nell’affiancare tutti i colleghi iscritti all’Ente, il sostenere i biologi più giovani che si affacciano alla professione e al mondo del lavoro hanno dato i loro frutti tangibili. Eravamo per qualcuno dei visionari e lo siamo stati davvero, ma con l’aggiunta degli aggettivi “concreti” e “lungimiranti”.



Sull’analisi dei redditi ciò che resta sicuramente ancora da fare è calibrare gli sforzi e le azioni per diminuire al massimo, per azzeroarla, il divario inaccettabile che è racchiuso nella definizione “gender gap”. La nostra è una categoria professionale sempre più al femminile, e questo dimostra quanto crediamo nella giusta centralità che la biologa deve avere non solo nel mondo del lavoro, ma anche nella gestione del proprio tempo - senza che debba essere penalizzata, ad esempio, per la scelta di realizzare il sogno di diventare madre. Siamo orgogliosamente stati il primo Ente di previdenza ad ottenere nel 2023 la **certificazione della parità di genere UNI/PDR 125**.

nile, e questo dimostra quanto crediamo nella giusta centralità che la biologa deve avere non solo nel mondo del lavoro, ma anche nella gestione del proprio tempo - senza che debba essere penalizzata, ad esempio, per la scelta di realizzare il sogno di diventare madre. Siamo orgogliosamente stati il primo Ente di previdenza ad ottenere nel 2023 la **certificazione della parità di genere UNI/PDR 125**.

	Reddito Medio 2020	Variazione % 2019-2020	Reddito Medio 2021	Variazione % 2020-2021	Reddito Medio 2022	Variazione % 2021-2022	Reddito Medio 2023	Variazione % 2022-2023	Variazione % 2020 - 2023
Donne	15.675	-21,65	19.528	24,59	18.644	-4,53	18.930	1,54	20,77
Uomini	23.141	-2,86	27.666	19,56	25.980	-6,1	26.721	2,86	15,48
Totale	17.554	-16,23	21.592	23,01	20.508	-5,03	20.922	2,02	19,19



Siamo orgogliosamente il primo Ente di previdenza che negli ultimi cinque anni ha riconosciuto l'importanza di una rappresentatività negli organi di gestione (sia Cda che Cig), eleggendo un numero di donne direttamente proporzionale al numero delle iscritte.

Obiettivamente è positivo anche il terzo parametro utile e necessario per valutare lo stato di salute del nostro Ente di previdenza, cioè **la crescita del numero degli iscritti**.

	iscritti	pensionati attivi	totale iscritti attivi	% crescita iscritti
2024	18.106	855	18.961	4,54%
2023	17.322	816	18.138	1,89%
2022	17.021	780	17.801	3,78%
2021	16.417	735	17.152	5,98%
2020	15.474	710	16.184	2,87%

Dall'inizio del quinquennio della consiliatura siamo passati dai 15.474 iscritti nel 2020 a 18.106 al 31 dicembre 2024. Questo è sicuramente il risultato di sforzi positivi volti a far conoscere la 'centralità del biologo', a partire dalle Università, facendo entusiasmare e innamorare della professione tanti giovani che abbiamo accolto con lo stesso entusiasmo, affiancandoli sia nella formazione che, concretamente, nel sostenere i costi iniziali di avvio dell'attività. Testimonia anche che le nostre iniziative di formazione sul campo, i nostri canali di comunicazione e divulgazione e i nostri progetti hanno portato a far conoscere maggiormente la nostra professione e incrementando nei giovani l'interesse verso i numerosi ambiti della Biologia.

Negli ultimi cinque anni di mandato, dunque, la crescita del Patrimonio e del Patrimonio netto, insieme all'aumento percentuale costante dei redditi e degli iscritti, attestano che Enpab gode di un buono stato di salute.

Siamo responsabilmente consapevoli che la gestione previdenziale richiede sempre attenzione, visione e nuove, più sfidanti raffigurazioni, che a loro volta domandano esperienza e lungimiranza.

Negli ultimi cinque anni, il nostro Ente ha compiuto un'evoluzione significativa. I Ministeri Vigilanti hanno approvato il **nuovo Regolamento delle prestazioni assistenziali**, che armonizza in un unico documento i 15 regolamenti precedenti, rendendo più trasparenti e uniformi le condizioni di accesso ai benefici.

Il Regolamento prevede anche l'introduzione di nuove misure a sostegno della famiglia e della professione, per rispondere a un ventaglio più ampio di bisogni e garantire assistenza a un numero maggiore di beneficiari. Tra queste, rientra il nuovo sostegno economico destinato agli iscritti e ai pensionati attivi con figli affetti da handicap o malattie invalidanti, così come agli orfani di iscritti o pensionati attivi con le medesime condizioni. Il contributo, inizialmente di 2.000 euro ed estensibile fino a 4.000 euro, non richiede la presentazione dell'ISEE, poiché la tutela in questi casi è ritenuta prioritaria. Con questa misura, l'Ente intende manifestare concreta vicinanza agli iscritti e ai loro familiari nei momenti di maggiore difficoltà.

Per ampliare la platea di beneficiari delle prestazioni assistenziali, abbiamo innalzato il limite massimo dell'ISEE da 30.000 a 40.000 euro.

Abbiamo inoltre previsto, nel Regolamento di Disciplina delle Funzioni di Previdenza, che la piena regolarità contributiva sia condizione necessaria per l'accesso a tutte le prestazioni previdenziali ed assistenziali obbligatorie, sottolineando il valore della Previdenza e il dovere di responsabilità del professionista.

Negli ultimi anni abbiamo lavorato intensamente per sostenere le future pensioni e **promuovere la cultura previdenziale**, sensibilizzando gli iscritti sull'importanza della contribuzione e sulla costruzione del montante.



Questo impegno ha consentito di affrontare con responsabilità situazioni complesse e di destinare risorse significative al welfare strategico e all'assistenza. Contestualmente, l'Ente ha potenziato l'organico con l'inserimento di quattro nuove risorse dal 2020 e, nel 2024, ha attivato un Numero Verde per migliorare la comunicazione con gli iscritti, ampliando anche la fascia oraria di contatto telefonico.

Per valorizzare ulteriormente le prestazioni previdenziali, sono stati introdotti interventi tecnici come **l'aumento dell'aliquota della contribuzione soggettiva modulare**, portata dal 20% al 36%. I dati confermano la validità di questa strategia: nel 2023, rispetto al 2022, è raddoppiata la percentuale di biologi che ha scelto un'aliquota superiore al 15%, raggiungendo oltre il 12% del totale degli iscritti, e nel 2024 la quota è salita al 13,44%.

Visibilità della professione, consapevolezza del ruolo centrale del Biologo nella società, rafforzamento e ampliamento delle competenze: questi sono gli obiettivi principali che sintetizzano il programma politico del nostro mandato

La gestione responsabile delle risorse ha consentito di prendere decisioni ponderate, senza fretta, come nel caso dell'**aumento del 50% del budget destinato agli investimenti in Welfare e Assistenza**.

Da 2 milioni di euro che venivano annualmente destinati a sostenere la nostra professione e i nostri iscritti,



passeremo a 3 milioni di euro, grazie ai risparmi accumulati. Questo incremento è stato possibile grazie alla solidità della nostra gestione, la stessa che ci ha permesso di rispondere prontamente alle richieste del Governo, il quale, due anni fa, ci aveva chiesto di anticipare importanti somme per i bonus e gli aiuti contributivi a sostegno dei liberi professionisti, un settore che inizialmente era

stato 'dimenticato' dalla norma. I liberi professionisti, che erano rimasti sospesi nelle maglie della legislazione, sono stati infine riconosciuti grazie all'azione congiunta e determinata delle Casse di previdenza.

In questo contesto, l'anno bianco della contribuzione ha rappresentato un elemento chiave, poiché ha permesso di sospendere temporaneamente i contributi senza compromettere la stabilità economica, dando così respiro ai professionisti in difficoltà e assicurando loro un sostegno durante una delle crisi più gravi degli ultimi decenni.





Una riflessione sul 'Sistema Casse'

Quando si parla di previdenza per i liberi professionisti, l'attenzione si concentra spesso sul singolo Ente. Tuttavia, sopra ciascuna Cassa esiste un organismo di rappresentanza, tutela e coordinamento:

AdEPP - l'Associazione degli Enti Previdenziali Privati - di cui Enpab fa parte attiva. In qualità di Vicepresidente Vicaria dell'Associazione, la Presidente Stallone ha avuto l'opportunità di portare la voce dei biologi ai tavoli di lavoro su welfare, inclusione, pari opportunità e innovazione, promuovendo una visione orientata alla salute, alla sostenibilità e all'integrazione multidisciplinare. Siamo stati presenti in occasione di due importanti incontri a Bruxelles, dove abbiamo reso sempre più solido il gemellaggio con ABV (la AdEPP tedesca).

In un contesto in cui il lavoro autonomo è sempre più rilevante, ma anche vulnerabile, la presenza di un organismo come AdEPP è fondamentale.

Nel corso degli anni abbiamo dimostrato senso di responsabilità e capacità gestionale, valorizzando l'au-

tonomia dell'Ente nella gestione virtuosa del patrimonio e dei contributi. Siamo stati pionieri nel promuovere il welfare attivo, ampliando costantemente gli strumenti a sostegno della professione. Rafforzare il

lavoro significa rafforzare le pensioni future: un principio che abbiamo perseguito con coerenza, determinazione e con il prezioso supporto degli Uffici, sempre efficienti e competenti.

Siamo orgogliosi dei risultati raggiunti, ma consapevoli che molto resta da fare. Una delle sfide più urgenti riguarda il rapporto intergenerazionale, che dovrà essere gestito in modo da tutelare le nuove generazioni secondo criteri di responsabilità e sostegno. L'Europa registra un costante invecchiamento della popolazione e l'Italia è il Paese con la più marcata riduzione della popolazione giovane, con una bassa percentuale di laureati magistrali che scelgono la libera professione. È su questo capitale umano che dobbiamo puntare, investendo in formazione e competenze sempre più specialistiche, in un mercato del lavoro in continua evoluzione.



Le prestazioni a sostegno della professione



I nuovo regolamento delle prestazioni assistenziali erogate da Enpab, approvato a maggio 2023 dai Ministeri vigilanti, riunisce ed armonizza in un unico documento quanto era contenuto nei 15 Regolamenti pre-esistenti e rende maggiormente trasparenti ed univoche le condizioni di accesso ai singoli benefici.

Il Regolamento unico, che riassume in tre principali categorie il perimetro di azione del nostro Ente - **sostegno alla famiglia; sostegno alla salute; sostegno alla professione** - è il risultato di una analisi e di uno studio approfondito dell'andamento delle prestazioni assistenziali nel tempo, con la volontà ferma da

parte di Enpab di aggiornarle costantemente per rispondere in maniera più incisiva e puntuale alle esigenze della categoria e per soddisfare attraverso interventi su misura, i bisogni di quegli iscritti che purtroppo si trovano in condizioni personali, familiari o professionali complicate. Il Regolamento unico delle prestazioni assistenziali ha introdotto nuove e importanti iniziative a favore degli iscritti al fine di soddisfare un più ampio spettro di necessità e di garantire assistenza ad una platea più estesa di possibili beneficiari. In questo numero vi raccontiamo **le prestazioni a sostegno della professione**.

CONTRIBUTO PER I CORSI DI SPECIALIZZAZIONE E MASTER UNIVERSITARI DI PRIMO E SECONDO LIVELLO



La prestazione consiste nell'erogazione di un contributo riservato agli iscritti:

a) che frequentano con regolarità e con profitto i corsi di specializzazione ed i Master universitari di I e II livello specifici dell'area della professione del biologo che si svolgono nell'anno solare di presentazione della domanda o **b)** che abbiano completato con profitto i predetti corsi di specializzazione o Master di I e II livello specifici dell'area della professione del biologo nell'anno di presentazione della domanda o in quello precedente. In contributo è pari al 50% delle spese sostenute e comunque circoscritto nel limite di euro 1.000,00 per anno solare.

La domanda per l'ottenimento del contributo dovrà essere presentata entro il 31 gennaio di ciascun anno per le spese sostenute l'anno precedente.

L'Ente procede alla valutazione delle domande e alla formazione della graduatoria degli aventi diritto nei modi e nei termini previsti dall'art. 4 del Regolamento unico delle prestazioni assistenziali. I contributi verranno erogati direttamente all'iscritto beneficiario avente diritto, previa presentazione delle ricevute attestanti l'avvenuto pagamento dei corsi di specializzazione o dei Master di I e II livello.

In sede di determinazione del punteggio valido ai fini della formazione della graduatoria degli aventi diritto alla prestazione, l'Ente terrà conto delle seguenti **situazioni soggettive cui è collegata una maggiorazione di punteggio**:

- neoiscritti (ovvero coloro che consolidano l'iscrizione alla Cassa indipendentemente dalla loro età) da non oltre due anni dalla data di iscrizione al corso di specializzazione o al Master universitario: 2 punti;
- iscritti che hanno avuto una maternità e paternità ex art. 70 e seguenti D.lgs. 151/2001 nell'anno precedente e fino alla data della domanda: 2 punti;
- iscritti che hanno subito un calo dei redditi nell'anno di presentazione della domanda rispetto all'anno precedente pari almeno al 30%: 2 punti;
- iscritti affetti da invalidità: 2 punti;
- iscritti con familiari a carico non autosufficienti o portatori di handicap: 2 punti;
- iscritti di nucleo monogenitoriale con almeno un figlio a carico: 1 punto.

La precedenza in graduatoria, in caso di parità di punteggio, sarà attribuita all'iscritto con maggiore anzianità di iscrizione all'Ente.

CONTRIBUTO UNA TANTUM PER CATASTROFI O CALAMITÀ NATURALI

La prestazione consiste nella concessione di un contributo una tantum in favore degli iscritti che abbiano subito danni allo studio dove esercitino abitualmente l'attività professionale, a causa di eventi naturali (calamità o catastrofe) in Comuni nei quali è stato dichiarato, dalle Autorità competenti, lo stato di emergenza.

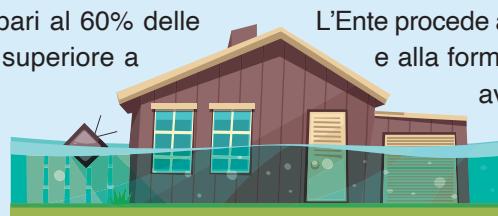
Il contributo massimo erogabile è pari al 60% delle spese sostenute e comunque non superiore a euro 10.000,00 (diecimila/00).

Per l'accesso al beneficio in caso di utilizzo promiscuo di un immobile a titolo di abitazione e di studio profes-



sionale, il richiedente dovrà dimostrare di aver dichiarato tale situazione ai fini fiscali.

La domanda per l'attribuzione del contributo dovrà essere presentata entro il 30 settembre di ciascun anno e comunque, a pena di inammissibilità, entro e non oltre i due anni dalla data dell'evento.



L'Ente procede alla valutazione delle domande e alla formazione della graduatoria degli aventi diritto nei modi e nei termini previsti dall'art. 4 del Regolamento unico delle prestazioni assistenziali.

ASSISTENZA FISCALE

La prestazione consiste nella consulenza agli iscritti in materia fiscale che abbiano conseguito compensi professionali (ossia quanto dichiarato dall'iscritto ai fini delle Imposte Dirette e comunicato all'Ente ai sensi dell'art. 11 del Regolamento di Disciplina delle Funzioni di Previdenza o comunque quello accertato in via definitiva dall'Amministrazione Finanziaria) nell'anno di competenza non superiori a euro 30.000. La consulenza viene erogata con oneri a totale carico dell'Ente e si sostanzia:

- nella predisposizione e trasmissione alle competenti Autorità Fiscali delle dichiarazioni dei redditi annuali;
- nella predisposizione dei modelli di pagamento delle imposte dovute.

La prestazione è rivolta ai professionisti in possesso dei requisiti soggettivi e oggettivi previsti per i contribuenti minimi e che abbiano aderito ad uno dei regimi fiscali agevolati previsti dalla normativa vigente alla data di entrata in vigore del presente Regolamento. Ai fini dell'erogazione della prestazione l'Ente affida



in convenzione la cura dell'assistenza fiscale ad uno o più professionisti selezionati fra gli iscritti all'Ordine dei Dottori Commercialisti ed Esperti Contabili. Le attività formanti oggetto della consulenza fiscale offerta agli iscritti saranno definite in sede di affidamento del mandato professionale.

La domanda dovrà essere presentata entro il 31 marzo di ciascun anno.

CONTRIBUTO IN CONTO INTERESSI SU PRESTITO BANCARIO

La prestazione consiste nell'erogazione di un contributo annuale diretto ad agevolare i prestiti in favore dei propri iscritti, finalizzato esclusivamente al sostentamento delle spese di avvio e svolgimento dell'attività libero professionale e, nello specifico, all'acquisto di macchinari, attrezzi, strumenti e/o arredi o per l'esecuzione di lavori di ristrutturazione ordinaria e straordinaria dell'immobile destinato a studio o ambulatorio professionale.

Il contributo può essere erogato esclusivamente agli iscritti che siano titolari:

- di un reddito professionale dichiarato nei due anni precedenti alla richiesta;
- di un rapporto di conto corrente personale sul quale accreditare gli importi del contributo.

Il contributo in conto interessi sarà pari al 50% degli interessi passivi maturati sul debito assunto nei confronti dell'Istituto erogante il prestito per le finalità di cui sopra, e comunque nel limite massimo del 3,5% e ciò anche nell'ipotesi in cui il tasso effettivo di finanziamento (TAEG) applicato dall'Istituto erogante risulti superiore al 7% ovvero nella diversa minore misura qualora il tasso effettivo applicato dall'Istituto risulti inferiore al 7%.

Il contributo in conto interessi nella misura massima del 3,5% sarà al lordo di eventuali ritenute fiscali qualora dovute. La misura dell'erogazione del contributo in conto interessi è commisurata all'importo minore tra quello del finanziamento effettivamente erogato e 20.000,00 euro, ciò anche nell'ipotesi di concessione di finanziamenti superiori da parte degli istituti di credito. La durata dell'erogazione del contributo in conto interessi è commisurata a quella minore tra la durata del finanziamento e cinque anni, ciò anche nell'ipotesi



in cui il finanziamento abbia durata superiore.

La domanda dovrà essere presentata entro il 30 giugno e 31 dicembre di ciascun anno.

L'Ente procede alla valutazione delle domande e alla formazione della graduatoria degli aventi diritto nei modi e nei termini previsti dall'art. 4 del Regolamento. In sede di determinazione del punteggio valido ai fini della formazione della graduatoria degli aventi diritto alla prestazione, l'Ente terrà conto delle seguenti **situazioni soggettive cui è collegata una maggiorazione di punteggio**:

- non svolge attività per le quali è connesso un altro trattamento previdenziale: 5 punti;
- svolge attività per le quali è connesso altro trattamento previdenziale: 2 punti.

La precedenza in graduatoria, in caso di parità di punteggio, sarà attribuita all'iscritto con maggiore anzianità contributiva. Nel caso di ulteriore parità si prenderà in considerazione la data di presentazione della domanda. L'Ente annualmente verifica la rispondenza in termini di congruità dello stanziamento annuale rispetto alle prestazioni effettivamente erogate e, quindi, all'onere determinato per i cinque anni successivi riservandosi il diritto di sospendere la pubblicazione del bando per uno o più anni.



La nutrizione gentile

di Elena Cocchiara, Intermezzi Ed. 2025, 90 pp., 12,00 euro

La nutrizione gentile non è solo una guida per alimentarsi in modo sano, ma è un invito a far pace con il cibo, con l'ambiente e con noi stessi.

Un libro per chi vuole mangiare meglio, vivere con più equilibrio e sentirsi parte attiva di una rivoluzione silenziosa ma potentissima: quella che parte dal piatto.

Un saggio scientifico-divulgativo che esplora in modo rigoroso, ma accessibile, la profonda connessione tra alimentazione, salute individuale e salute planetaria. Una guida pratica e consapevole per professionisti della nutrizione e cittadini attenti, offrendo un approccio *evidence-based* alle scelte alimentari sostenibili.

Il volume parte dalla tracciabilità del cibo - dal ciclo di vita degli alimenti al loro impatto sull'ecosistema - per arrivare a proporre un modello alimentare equilibrato, il 'Piatto della Salute', capace di nutrire il corpo nel rispetto delle risorse ambientali. L'autrice analizza le principali criticità legate alla produzione e al consumo di cibo: pesticidi, microplastiche, allevamenti intensivi, sprechi e packaging evidenziando come questi fattori influiscano non solo sull'ambiente, ma anche sulla qualità nutrizionale e sulla salute pubblica (inclusa l'insorgenza di patologie croniche e l'antibiotico-resistenza).

Il libro valorizza la figura del biologo nutrizionista come agente di cambiamento, in grado di orientare la popolazione verso uno stile alimentare consapevole, non solo dal punto di vista dietetico ma anche etico ed ecologico. Attraverso casi reali, ricette sostenibili e buone pratiche quotidiane, questo libro mostra che la transizione verso un'alimentazione più salutare e responsabile è possibile, graduale e concreta. Uno strumento aggiornato e coerente con i principi della salute unica 'One Health' che può contribuire in modo rilevante alla formazione e all'aggiornamento dei professionisti della nutrizione e della salute.

"Un boccone alla volta, un passo alla volta, possiamo costruire un mondo più verde e sano per noi e per le generazioni future"



Mangiamo con gusto, Mangiamo consapevole Vademecum della sana alimentazione

di Mariailaria Verderame, D'Amato Ed. 2025, 236 pp., 16,00 euro

Un libro per chi desidera avvicinarsi al cibo con equilibrio e consapevolezza: un percorso che unisce scienza, empatia e praticità sfidando i dogmi delle diete "perfette" e restituendo al cibo il suo ruolo di alleato per la salute.

L'autrice propone un approccio diverso: non prescrizioni rigide, ma un dialogo che parte dall'ascolto delle storie personali. La cucina, spazio simbolico di affetti e resistenze, diventa il fulcro di un cambiamento possibile, anche per chi vive realtà complesse: pazienti oncologici, bambini selettivi o chi affronta difficoltà economiche.

Il libro è un ponte tra sapere accademico e vita quotidiana. Non offre soluzioni miracolose, ma strumenti per costruire un rapporto autentico con il cibo, lontano da sensi di colpa e ossessioni. Una lettura che trasforma il pasto da atto meccanico a gesto di cura consapevole.

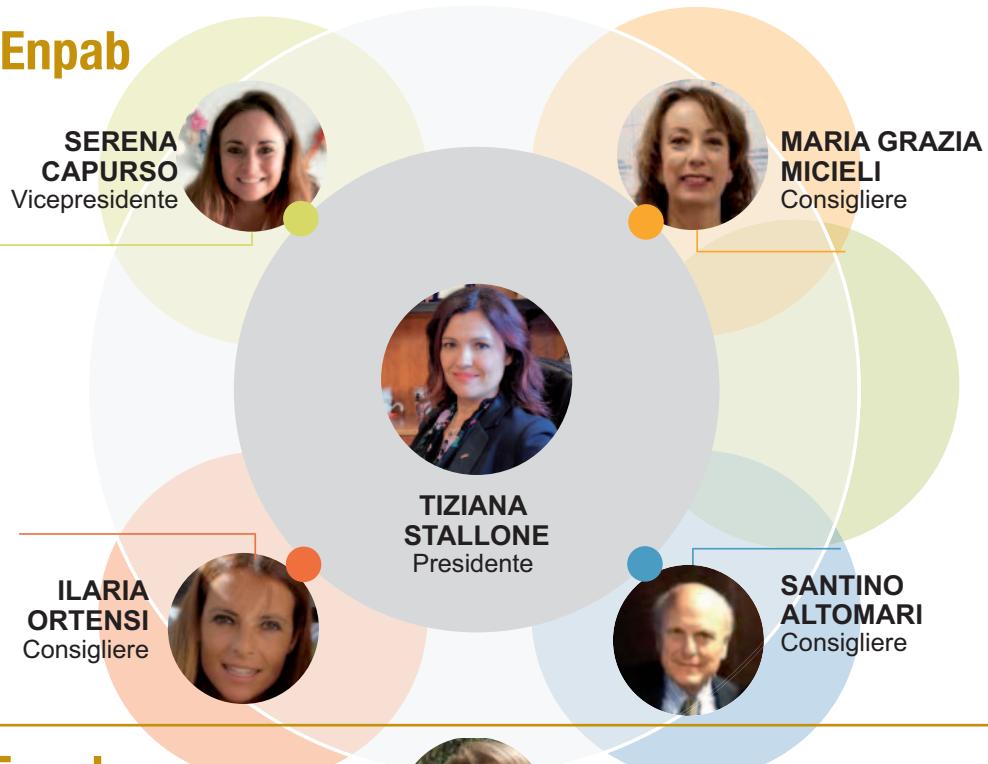
Che si segua una dieta ipocalorica o ipercalorica oppure una

dieta per patologia, è importante non perdere mai il gusto di mangiare e il gusto di stare a tavola insieme. E poi la consapevolezza: il paziente deve essere reso consapevole su ciò che accade e su come accade, con parole semplici e dirette, deve sapere il perché di alcune scelte e la motivazione di alcune limitazioni, senza terroristi. Ma c'è anche un altro aspetto non di secondo piano: il cibo è cultura, storia e tradizione. Ogni alimento ha una storia e ogni tradizione ha il suo cibo.



Organi Consiliari 2020-2025

C.d.A. Enpab



C.I.G. Enpab



Per informazioni sul rapporto previdenziale ed assistenziale con l'Ente, gli iscritti possono contattare il numero verde **800931340** dalle **10:00 alle 16:00 dal lunedì al venerdì**.
Per info particolari si potrà inviare una mail a helpdesk@enpab.it.

Vuoi pubblicare su Enpab Magazine? Scrivi a ufficiostampa@enpab.it

