

# Contratti: Nuove condizioni di lavoro con il CCNL 2010

Alcune parti importanti del nuovo contratto collettivo di lavoro (CCNL), come l'orario di lavoro e il regolamento sulle vacanze, sono già in vigore dal 1° gennaio 2010. Di conseguenza, si è resa necessaria una rielaborazione dei formulari concernenti i contratti individuali di lavoro. «eXpresso» vi dice come.

I contratti individuali di lavoro esistenti, continuano ad essere validi. Tuttavia, rispetto al contratto individuale di lavoro, entrano in vigore i miglioramenti che sono stati introdotti con il nuovo contratto collettivo (ad esempio le cinque settimane di vacanza per tutti). Solo se si inizia in un nuovo posto vi sono i nuovi formulari.

**I formulari possono essere scaricati gratis da datori di lavoro e collaboratori su [www.ccnl.ch](http://www.ccnl.ch).**

Sono disponibili tre tipi di contratto di lavoro:

- **Contratto di lavoro indeterminato** per collaboratori a tempo pieno o part-time con salario mensile
- **Contratto di lavoro determinato/contratto stagionale** per collaboratori a tempo pieno o part-time con salario mensile
- **Contratto di lavoro per impieghi irregolari** e quantità ridotte di lavoro con salario orario (contratto di ausiliare).

«Ciascuno di questi tipi di contratto è ritagliato su una determinata forma del rapporto di lavoro»,



**I formulari per i nuovi contratti individuali di lavoro vengono messi a disposizione dall'Ufficio di controllo di Basilea e possono essere scaricati da internet. Resta solo da compilarli in ogni loro parte e firmarli.**

spiega Stefan Unternährer, responsabile del servizio giuridico della Hotel & Gastro Union. «È dunque importante utilizzare all'occorrenza il giusto formulario di contratto di lavoro.» Informazioni sui singoli tipi di contratto: sul

commentario al CCNL o consultando internet sotto [www.ccnl.ch](http://www.ccnl.ch).

[mario.gsell@gastroneu.ch](mailto:mario.gsell@gastroneu.ch)

Informazioni gratis per i soci della Hotel & Gastro Union al servizio giuridico: tel. 041 418 22 22

Vedi serie sul nuovo CCNL sul sito [www.hotelgastrounion.ch](http://www.hotelgastrounion.ch)

## Curioso

### Trento: 500 euro di multa per ogni cicca buttata

Trento come la Singapore d'Italia? Secondo il «Blick», al fumatore che getta per terra una cicca di sigaretta, lo aspetta una multa di 500 euro. Chi fuma al ristorante se la cava, per così dire, con una multa di 275 euro. La multa però raddoppia se nelle vicinanze vi è un bambino o una donna incinta.

### Nudi a passeggio fra i bambini che slittano

Fanno di nuovo scalpore i nudisti amanti delle passeggiate. Le temperature sotto zero e il forte vento non scoraggiavano due uomini ed una donna che passeggiavano nella regione montuosa del Glaubenberg nel cantone di Obvaldo, vestiti solo di calze, scarpe e berretto di lana. La regione è fra l'altro frequentata da famiglie. L' esercente Albert Windlin del Berghotel Langgis ha il sospetto che la zona viene scelta proprio perchè vi è la presenza di molti bambini.



**Passeggiare nudi in estate non è una novità. Nuovo è adesso che lo si fa anche con neve e freddo.**

## Scienza

### Studio: la pizza e il burger tengono in forma la mente

Il grasso rende pigro il corpo, tiene in forma però la mente. È la conclusione di uno studio dell'Università del Nord Dakota. Per lo studio, i ricercatori hanno piazzato 45 piloti militari su tre diversi «grassi di diete». Una, il «gruppo grasso» riceveva fra l'altro pizza, formaggi e burger. Per il «gruppo carboidrati» c'era invece petto di pollo con riso e infine il «gruppo proteine» riceveva pollo e insalata. Nella prova conclusiva, ai test psicologici il gruppo-grasso reagiva più velocemente e, nelle

esercitazioni, faceva meno errori durante le simulazioni di volo.

### Ma il caffè è veramente (non) buono per la salute?

«Le più recenti conoscenze scientifiche mostrano che un moderato consumo di caffè non rappresen-



**La robusta contiene dal 40 fino al 50% in più di caffeina che l'arabica.**

ta alcun concreto rischio per la salute, al contrario ha perfino un certo effetto benefico», spiega il dottor Roberto Corti, cardiologo all'ospedale universitario di Zurigo. Non sarebbe stata accertata nessuna relazione fra consumo di caffè e rischio di pressione alta, infarto o altre malattie cardiache. In cambio, la caffeina aumenterebbe la capacità di concentrazione e migliorerebbe la disposizione all'apprendimento. Potrebbe alleviare il mal di testa e l'emicrania e facilitare la digestione. Il caffè stimolerebbe altresì la distribuzione degli acidi gastrici.

### Falsità sulla birra

In molti ritengono che la birra non sia sana e povera di sostanze nutritive. Questo è falso, secondo il professore Werner Back del Tecnico universitario di Monaco di Baviera: bevuta in gran quantità la birra è sana. Abbassa la pressione del sangue e il rischio di malattie cardiache e della circolazione. La birra rifornisce inoltre il corpo di vitamine vitali, sostanze minerali e proteine. Falso altresì che la birra renda grassi: 0,2 litri di birra hanno solo circa 90 calorie. La stessa quantità di vino ne ha 155 e lo spumante perfino 170 calorie.