

## ALESSANDRA NARDELLI

«La mia bimba dorme e io ne approfitto per tenere la lezione»



Con la pandemia siamo più attenti ai piccoli gesti che arricchiscono la nostra vita

«Sono un'insegnante di scuola primaria, ho due bambine, una di sei anni e l'altra di appena nove mesi. Ho potuto scegliere di lavorare da casa grazie alla didattica a distanza – spiega Alessandra Nardelli – perché non avendo più possibilità di mandare la piccola all'asilo nido, era l'unica alternativa per non perdere la continuità didattica ed educativa con i miei studenti». Questa è la situazione di Alessandra, una maestra innamorata del suo lavoro, costretta a casa dalla pandemia.

«Amo la mia professione da sempre, non posso immaginare un momento lontano dai miei alunni – continua commossa –. Pur di conciliare il lavoro e la famiglia ho scelto di lavorare da casa sfruttando i riposini pomeridiani di mia figlia che fortunatamente al mattino sono diventati una routine».

La giornata si è rivoluzionata, così come la sua vita e quella dei suoi studenti. Il Covid per Alessandra ha portato un «impoverimento della dimensione sociale ed emotiva con una ricaduta pesante sulle dinamiche relazionali e sull'apprendimento che – spiega – sappiamo essere di gran lunga più significativo in un contesto reale come la classe».

L'unico vantaggio che da madre e maestra può notare «è quello di essere riusciti a mantenere vivo il percorso scolastico, non perdendone il filo, e rimanere comunque tutti in contatto e attivi nel pensiero. La pandemia ci ha sicuramente destabilizzati, ma ci ha reso più desiderosi e attenti verso i piccoli gesti quotidiani che rendono magnifica la vita».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Telelavoro e donne: il rischio di correre 24 ore su 24

Donne e smart working. Un'accoppiata vincente – speravano in molte – e, dal punto di vista professionale così è stato. Alcune hanno apprezzato la maggiore flessibilità di questa nuova modalità di lavorare, così come la possibilità di evitare i continui spostamenti da casa all'ufficio e riuscire ad organizzare meglio la propria giornata.

Molte altre, invece, hanno ammesso di «essersi sentite sull'orlo di una vera e propria crisi di nervi». Questo perché – anche se credevamo che la situazione fosse cambiata – c'è stata una piena conferma del fatto che la responsabilità della cura familiare continui ancora a gravare in prevalenza sulle donne: figli da seguire in didattica a distanza a causa della chiusura delle scuole, genitori o parenti anziani da accudire... e intanto il tempo per loro stesse «diventa sempre meno».

Lo smart working – che per alcune è diventato «extreme working» – è stato anche, però, un punto di forza per molte realtà femminili. Tantissime le ragazze (più o meno giovani) che con il lavoro a distanza hanno rivoluzionato la loro vita e salvato, adattandosi alle complesse e difficili condizioni, il loro lavoro o la loro attività. Un'intraprendenza e tenacia tutta al femminile che dimostra come «sapersi sempre rimettersi in gioco e adattarsi alle difficoltà, sia la vera chiave per la serenità e, magari, per il successo».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## MARTINA MINARI

«Mi basta una chat per fare canestro con la mia squadra»



Restare in contatto anche da distanti è importante: i bimbi che alleno lo hanno capito

«Allenare e fare divertire facendo sport, spero possa diventare il lavoro della mia vita, ma con la pandemia, tutto è cambiato». Un sogno, quello della 23enne Martina Minari, che il Covid avrebbe potuto mettere in discussione. Ma con l'aiuto della società di pallacanestro per cui lavora e grazie alla sua passione per questo sport, è riuscita a non rinunciare ai suoi progetti.

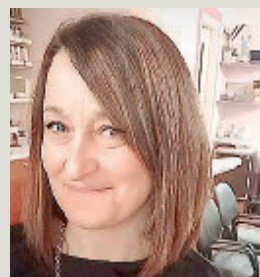
Come? «Non perdendo mai il contatto con i bambini che alleno – fa sapere – attraverso chat, video e quiz divertenti che propongo sulle pagine social della Magik Basket». L'allenamento fisico viene sostituito da video online o videochiamate di gruppo, ma «la socialità – sottolinea la studentessa di Scienze motorie – quella non si può sostituire. In ogni caso, cerco di stare il più vicino possibile alle mie squadre in tutti i modi. Ho capito che le piccole cose sono quelle che fanno la differenza, anche un breve messaggio può migliorare i rapporti, anche con i più piccoli. Lo sport si è fermato, ma non la passione di chi, per lo sport, lavora ogni giorno anche a distanza. La giovanissima Martina non si è persa d'animo; insieme ad altri allenatori ha creato un modo di fare allenamento nuovo e diverso. Trasformando uno sport di contatto in «uno sport in cui rimanere in contatto da distanti è la cosa fondamentale. L'importante è sapere che siamo parte di una grande famiglia e che faremo di tutto per poter ripartire e divertirci in sicurezza».

insieme ad altri allenatori ha creato un modo di fare allenamento nuovo e diverso. Trasformando uno sport di contatto in «uno sport in cui rimanere in contatto da distanti è la cosa fondamentale. L'importante è sapere che siamo parte di una grande famiglia e che faremo di tutto per poter ripartire e divertirci in sicurezza».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## ANGELA PASQUALI

«Ora so pettinare le mie clienti anche da casa»



Organizzo eventi e dirette: ricordo che la cura della persona è fondamentale

Lavori diventati impensabilmente «a distanza». È il caso delle parrucchiere e in particolare di Angela Pasquali. Che per portare avanti la sua attività l'ha reinventata nei giorni di chiusura forzata. «Diventare parrucchiere online sembra strano, ma c'è molto da fare – spiega –. L'importante è non perdere mai il contatto con la clientela che ha bisogno di svago e di essere coccolata anche a distanza».

Ecco che allora, nei giorni di zona rossa, il negozio di Angela si trasforma in un salone virtuale. Tramite video, dirette, post e messaggi, la parrucchiere di «La professionista di Extension» dà consigli alle clienti su capelli, maschere, acconciature e altro. «Proprio in questi periodi è importante non abbandonare le persone che, spesso, hanno un crollo emotivo e di stima. Per questo tengo molto a rassicurarle e a prendermi cura di loro anche a distanza».

Le giornate in smart-working sono una cosa strana per Angela, abituata a lavorare per ore a contatto con le persone. «È strano alzarsi al mattino e non poter andare in negozio per coccolare le mie clienti, però il lavoro da casa non è certo meno impegnativo: gestisco a casa i clienti, organizzo dirette ed eventi in cui coinvolgo esperti e le clienti stesse. Per passare momenti di spensieratezza e per ricordare che la cura della persona è fondamentale sempre».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## MARTINA CECI

«Per vendere scarpe mi sono inventata una "vetrina" social»



Ho inaugurato il negozio il 7 marzo 2021: l'11 è scattato il lockdown

«Ho aperto il negozio il 7 marzo 2020, la pandemia era alle porte, poi l'11 marzo hanno fatto chiudere tutte le attività commerciali: sono stata costretta a muovermi in altre direzioni». L'esperienza è quella di Martina Ceci che, a pochi giorni dall'apertura del suo «Pepe Shoes & Co», è stata costretta dalla pandemia alla chiusura. Un «fulmine a ciel sereno», pronto a mettere in dubbio la realizzazione dei suoi sogni. Ma così non è stato. Con tenacia, coraggio e «tanta voglia di mettersi in gioco», la giovane negoziante è ripartita con la sua attività totalmente a distanza.

«Mi sono lanciata a capofitto in quello che può essere lo smart working del commercio. Ho cominciato ad utilizzare i social in maniera più costruttiva e organizzata per concretizzare delle vendite e fare lavorare un minimo il negozio». Un tentativo di salvataggio che si è rivelato anche una fortuna: «Adesso sono contenta, perché le clienti a distanza e sul territorio si sono affezionate al negozio. I social sono stati una vetrina virtuale per farmi conoscere da molte persone».

La ricetta del successo per Martina risiede nel motto «non mollare mai». «All'inizio non è stato facile perché alle spalle non avevo le basi di una attività solida, ma ho riscoperto tante risorse che non pensavo neanche di avere: è stata una bella sfida anche con me stessa. Spero però di tornare il prima possibile a riaprire il negozio per regalare momenti di relax alle mie clienti e tornare a ridere e scherzare con loro».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## LAURA CAVALIERE

«Ho riconquistato tempo prezioso per la famiglia»



Non tornerei più alla vita di prima: ditemi dove devo firmare

C'è anche chi, invece, non tornerebbe più indietro. «Ditemi dove devo firmare per lavorare in smart working e lo farò – ride Laura Cavaliere, impiegata 41enne –. Mai mi sarei aspettata di dover affrontare un cambiamento simile, ma ho saputo vedere il bicchiere mezzo pieno e riprogrammare la quotidianità».

Una quotidianità che è rallentata, i ritmi sono più distesi e il tempo per stare con il figlio è migliorato. «Sono riuscita a lasciarmi la vita frenetica alle spalle e scandisco la giornata rispetto le otto ore di lavoro, ma al mattino posso fare colazione con mio figlio, aiutarlo con la didattica a distanza e seguirlo con maggiore cura» confida. Laura si sente «molto cambiata» perché il tempo, ora, ha acquistato tutto un altro significato. Il lavoro da casa «è vero dopo un po' è alienante – spiega –, ci si sente staccati dalla realtà. Ma per una mamma avere più tempo per seguire la famiglia è fondamentale. Noi mamme siamo sempre sotto battuta. Così, invece si ha tutto più sotto controllo e si può essere più tranquilli».

Lo smart working ha obbligato Laura a fermarsi. Ad accendere pc e telefono sul tavolo di casa e non sulla scrivania dell'ufficio. «Non ho dovuto reinventare il mio lavoro, ma accettare una nuova vita in cui c'è, sì, meno spazio per me stessa, ma molto più per i miei cari e la mia famiglia».

© RIPRODUZIONE RISERVATA