



Quando l'imprenditore chiede troppo

Riconoscere i propri limiti, individuare gli abusi e difendere i propri diritti

FYLL (Fair Youth Labour Label): 2024-1-IT03-KA210-YOU-000246569



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



PROJECTEKA
ASSOCIATION



Didaxé
IMPACTFUL TRAINING



odyssea



Impegno non significa sottomissione

Essere disponibili non vuol dire accettare tutto.

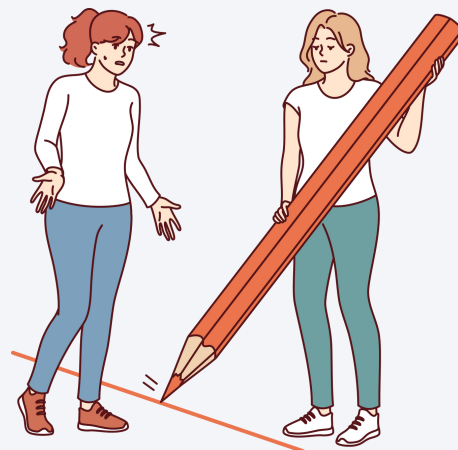
Essere flessibili non significa essere reperibili 24 ore su 24.

Essere giovani non significa dover “dimostrare il proprio valore” a ogni costo

Un lavoro sano:

- Ti mette alla prova, ma **rispetta il tuo tempo e la tua energia**
- Ha regole, limiti ed aspettative chiare
- Si basa sul **rispetto reciproco**, non sulla paura

Puoi essere un buon lavoratore **senza rinunciare ai tuoi limiti**.



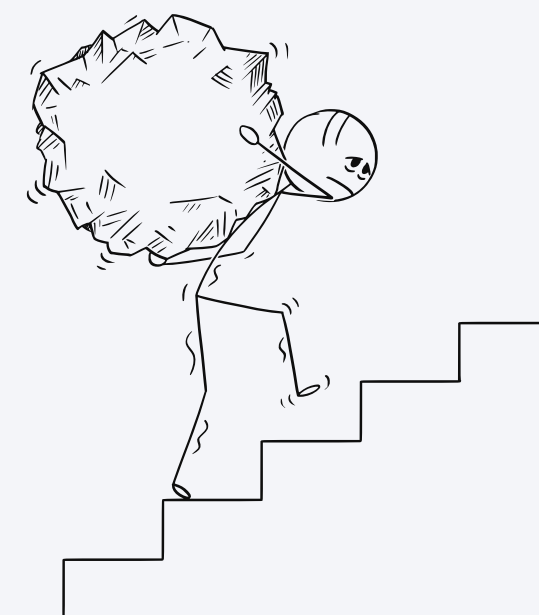
Cosa è normale in un lavoro?

Non tutto ciò che è faticoso è un abuso.
A volte, lavorare è semplicemente...
impegnativo.



Chiediti:

- *È una cosa occasionale o continua?*
- *Rispettano la mia dignità e i miei diritti di base?*

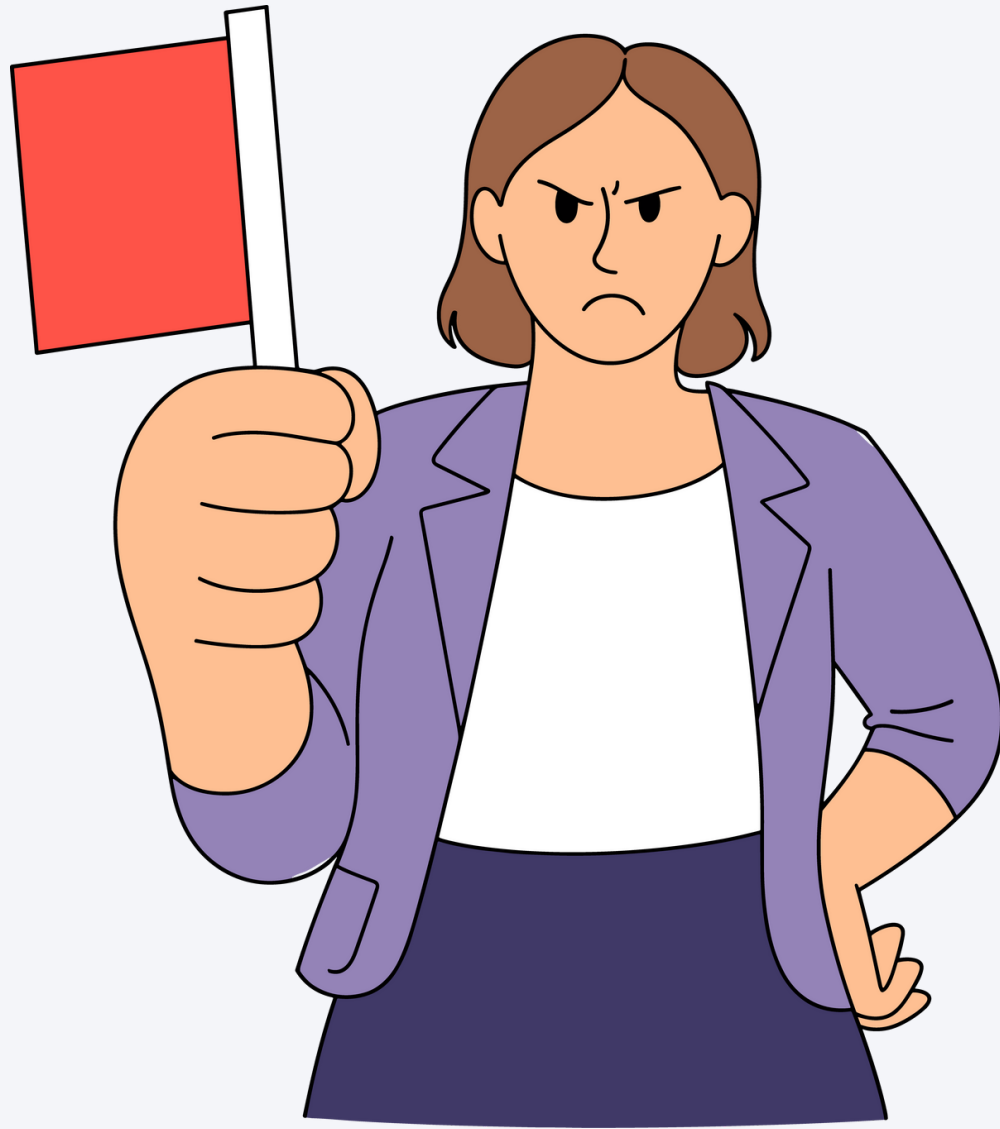


Aspettative ragionevoli:

- Adattarsi a nuove mansioni o processi
- Aiutare il team nei momenti di carico
- Flessibilità sugli orari, **entro certi limiti**
- Ricevere feedback, anche critico



Campanelli d'allarme: quando è troppo



Ecco alcuni segnali che indicano una situazione problematica:

- **Straordinari regolari** non pagati o imposti
- Contatti su **weekend o giorni liberi**, costanti
- Frasi come “**lavora gratis per ora**, poi vediamo”
- Insulti, umiliazioni o silenzi intenzionali
- Nessuna **pausa o tempo di recupero**
- Condizioni non sicure o non igieniche

Se ti senti sempre stanco, in ansia o impaurito: **ascolta quel segnale.**

Conosci i tuoi diritti – e cosa fare se hai dubbi



Diritti base (possono variare leggermente da Paese a Paese):

- Un contratto chiaro e firmato
- Uno stipendio equo, pagato con regolarità
- Limiti sulle ore giornaliere e settimanali
- Pause e giorni di riposo garantiti
- Un ambiente di lavoro sicuro e rispettoso



Non sei sicuro che qualcosa sia legittimo?

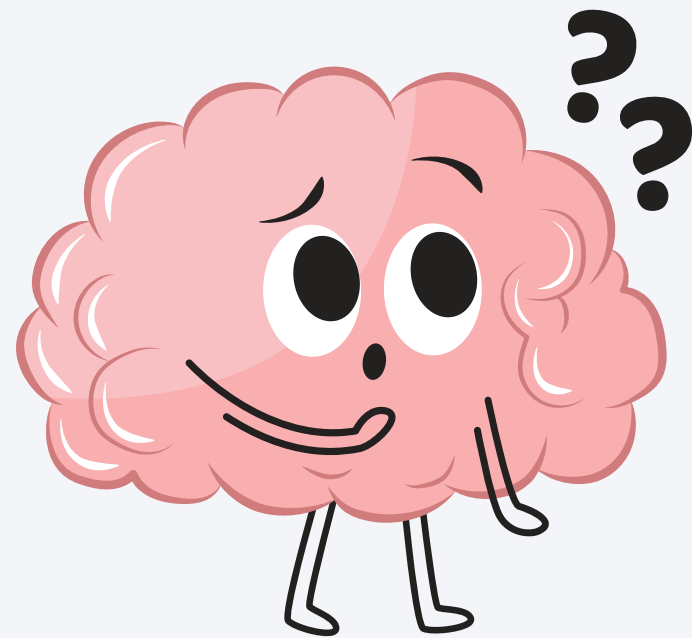
Rivolgiti a:

- Il tuo supervisore o responsabile diretto (per dubbi minori)
- L'ufficio risorse umane o un referente interno
- Un rappresentante sindacale (se presente)
- Un centro giovani, ONG o sportello informativo sul lavoro
- Un avvocato del lavoro o sportello legale gratuito (per casi gravi)



Non devi affrontare tutto da solo. **Chiedi, documenta, parlane.**

Come reagire se qualcosa non ti sembra giusto

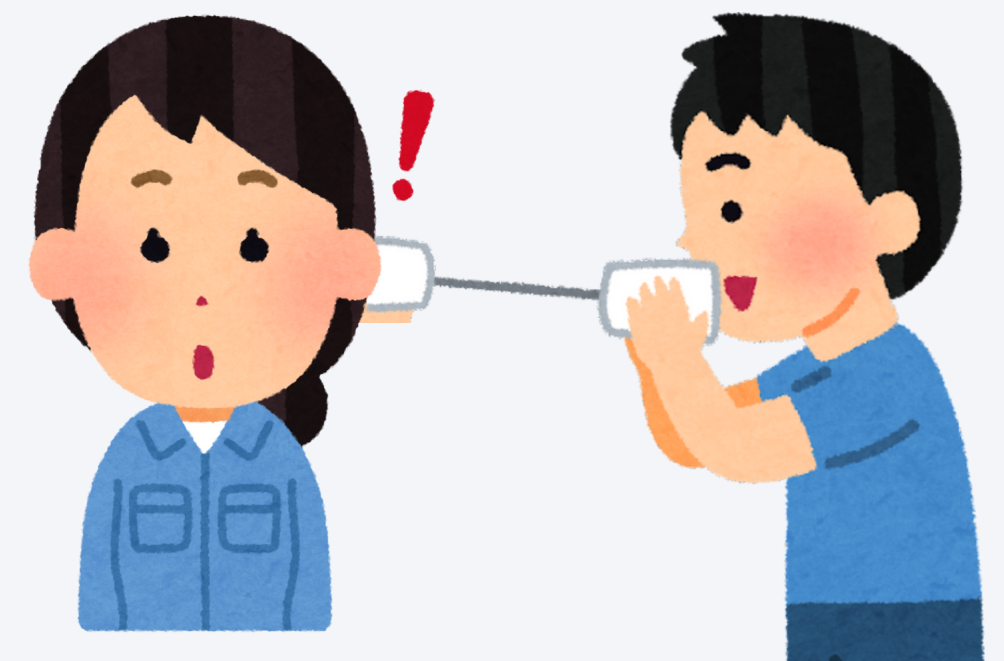


Hai il diritto di chiedere:

- “Mi può spiegare perché mi viene chiesto questo?”
- “C’è qualcuno con cui posso parlare delle mie ore di lavoro?”
- “Non mi sento a mio agio con questa richiesta: possiamo parlarne?”

- Mantieni un tono calmo, deciso e rispettoso.
- Prendi nota. Conserva copie di messaggi o istruzioni.
- Chiedi supporto ad adulti di fiducia o professionisti.

Essere assertivi non vuol dire essere aggressivi.
Vuol dire essere chiari, con rispetto.

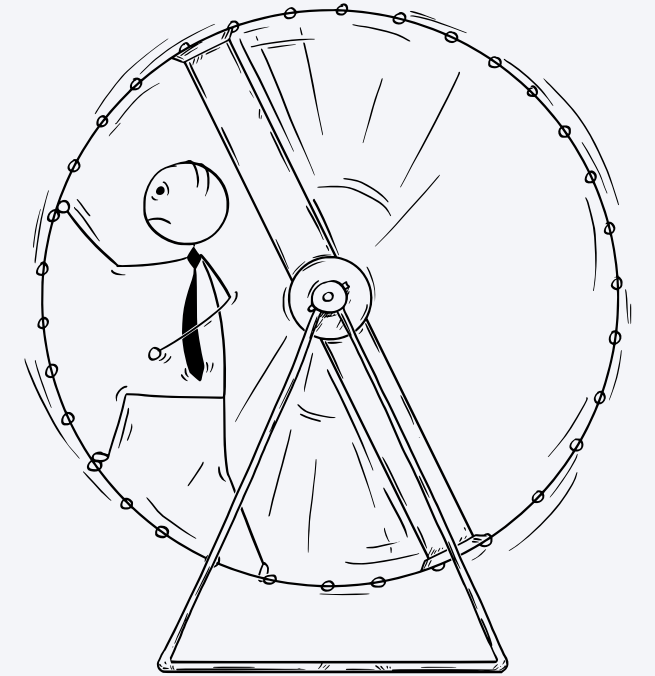


Quando è il momento di andare via (o denunciare)

A volte, andarsene è la scelta giusta.

Pensa di lasciare o segnalare se:

- La situazione si ripete anche dopo averla segnalata
- Vieni manipolato o trattato con disprezzo
- Ti senti mentalmente o fisicamente in pericolo
- Ti viene chiesto di **violare la legge**



Bad stuff

Bad stuff

Bad stuff

Meriti un lavoro dove **sei rispettato e tutelato**.
Lasciare non è un fallimento. A volte è un **atto di difesa**.

Messaggio finale: dire “no” è lecito



A volte fai tutto bene... eppure le cose non vanno.

Succede:

- L'azienda prende decisioni che non dipendono da te
- Alcuni ambienti **non sono sani**, e non è colpa tua
- Dire “è troppo per me” non ti rende debole
- Ti rende **consapevole e libero**

A meno che tu non ritenga di aver subito un torto e abbia basi legali per agire,

👉 accetta e passa oltre.

Il mondo non risponde sempre al nostro impegno – e va bene così.
Impara, rispetta te stesso e **fai il prossimo passo.**

