

# **Straordinario non è restare di più al lavoro, ma trattenersi.**

**Per molte persone LGBTQIA+,  
il lavoro può significare fare attenzione  
a come parlare, cosa condividere, quanto esporsi.  
È un lavoro in più, che richiede l'energia di quello di sempre.**

Accade anche in altri ambiti della vita quotidiana di non sentirsi al sicuro. E quando accade, la fatica di essere sé stessi può trasformarsi in minority stress: una forma di stress cronico che può riguardare le persone LGBTQIA+, legata a pregiudizi, discriminazioni e stigma sociale.

Per questo non basta credere nel rispetto, nell'inclusione e nella libertà di ogni persona. Serve esserci, per costruire luoghi più sicuri per tutti e tutte. E avere spalle larghe per sostenersi a vicenda.

Se senti il bisogno di uno spazio di ascolto in cui poter parlare liberamente e sentirti a tuo agio, senza giudizio, **Unobravo è qui per ascoltarti e supportarti.**

