

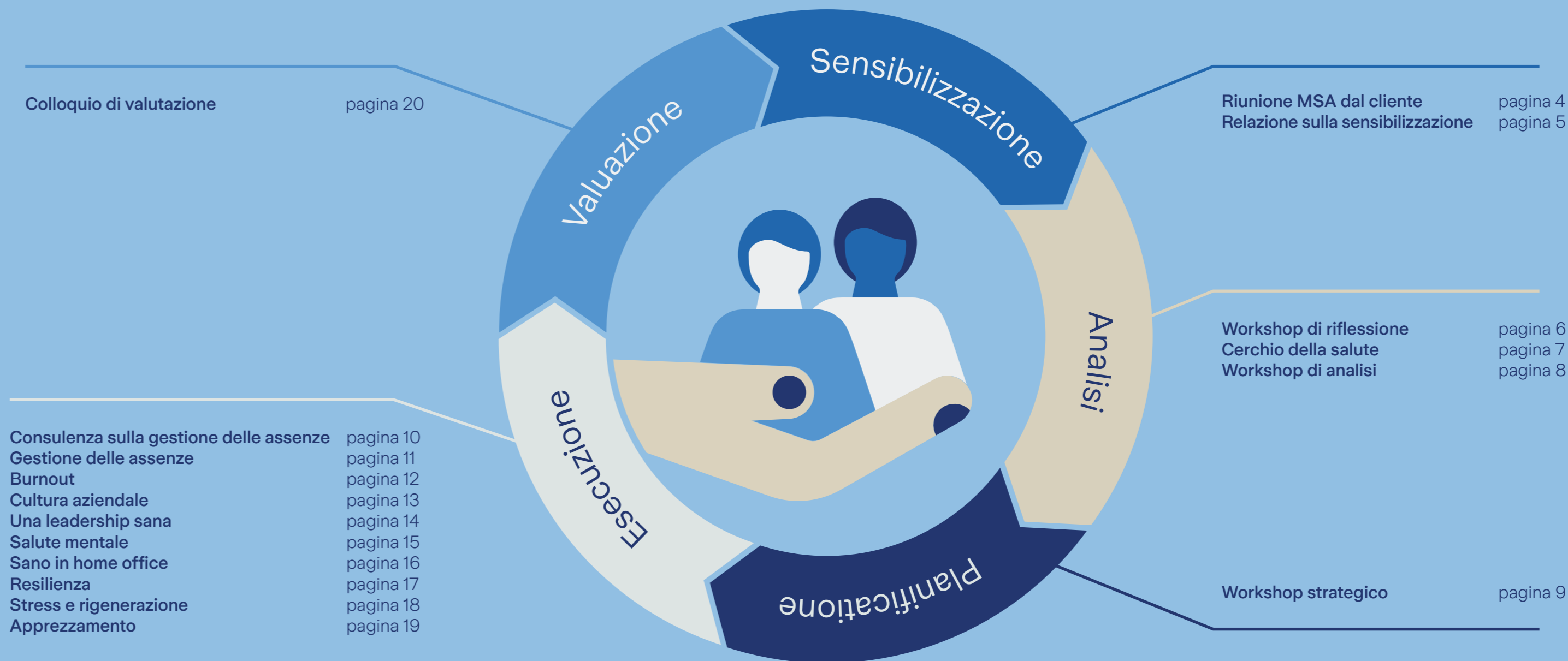
# Corporate Health Consulting

La nostra offerta



# Management della salute in azienda

Ecco come supportiamo voi, i vostri manager e i vostri dipendenti



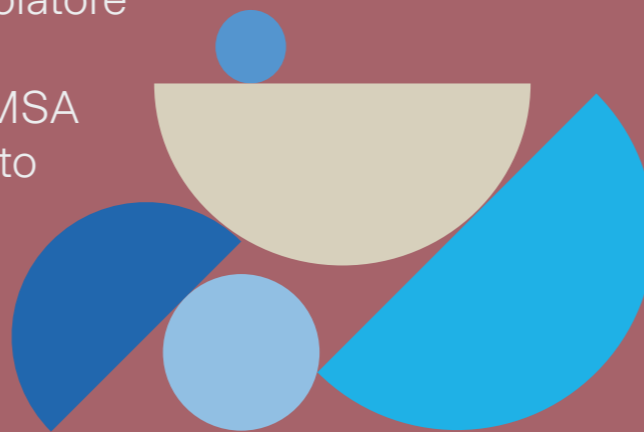


# Riunione MSA dal cliente

Iniziare con l'analisi della situazione ATTUALE

Dopo aver compilato la valutazione del management sulla salute in azienda, determineremo insieme gli argomenti MSA in cui avete un potenziale e vi forniremo le prime raccomandazioni di intervento. La valutazione serve anche per definire le successive fasi di collaborazione.

- Presentazione dei risultati del MSA (analisi situazione attuale)
- Assenze e relativi costi (calcolatore dei costi delle assenze)
- Opportunità e vantaggi del MSA
- Raccomandazioni d'intervento
- Definire la collaborazione



# Relazione sulla sensibilizzazione

MSA: Identificare opportunità e vantaggi

Siete all'inizio della realizzazione di un sistema di management della salute in azienda (MSA) o vi mancano gli argomenti per l'implementazione? Vi consigliamo e spieghiamo i vantaggi di un MSA con una relazione sulla sensibilizzazione.

- La salute nel contesto dell'ambiente di lavoro
- Le assenze e i loro costi, conseguenze e sfide
- Opportunità e vantaggi di un management della salute in azienda
- MSA: a che punto siete?



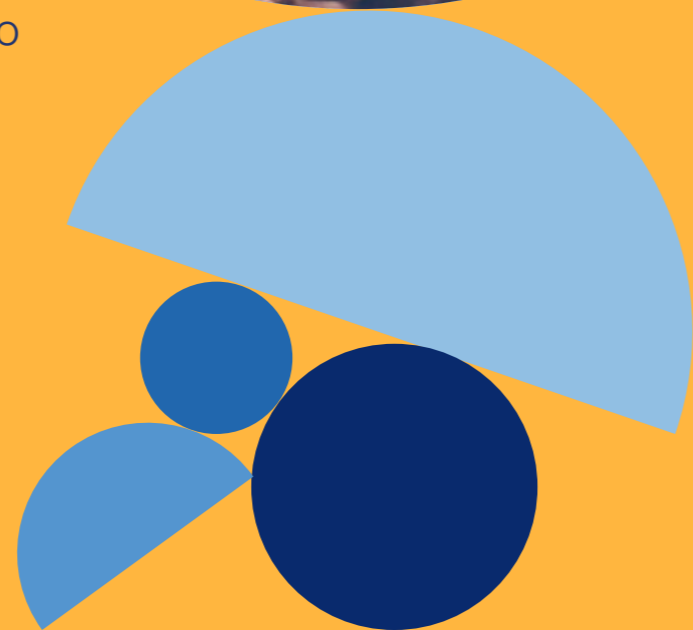


# Workshop di riflessione

Individuare soluzioni alle criticità

**I vostri dipendenti sviluppano misure basate sui risultati di un sondaggio tra i dipendenti. Sono attivamente coinvolti nella ricerca di soluzioni per un migliore benessere sul posto di lavoro.**

- Discussione delle risorse e delle tensioni nel lavoro quotidiano
- Promozione attiva del benessere sul posto di lavoro
- Possibilità di partecipare allo sviluppo di soluzioni



# Cerchio della salute

Sviluppo di soluzioni in modo partecipativo

**Quali sono le risorse e le sollecitazioni presenti nella vostra azienda? I vostri collaboratori sviluppano misure basate sulle attuali sfide aziendali.**

- Analisi delle risorse e delle criticità nella vita lavorativa quotidiana
- Promozione attiva di benessere sul posto di lavoro
- Possibilità di partecipare alla proposta di soluzioni



# Workshop di analisi

Creare calma grazie alla sistematica

Avete già attuato misure individuali di MSA, tuttavia vi manca un approccio sistematico? Vi sosteniamo nella pianificazione sistematica delle misure di MSA e vi forniamo assistenza nella valutazione.

- Analisi della situazione attuale
- Definizione della situazione attesa
- Input teorico, modello d'impatto MSA, obiettivi MSA, obiettivi sulle misure MSA



# Workshop strategico

Orientarsi verso il futuro con struttura e obiettivi

Una strategia aiuta a raggiungere gli obiettivi di MSA. Vi sosteniamo nello sviluppo di una strategia di MSA e vi mostriamo quali misure otterranno quali effetti.

- Input teorico, modello d'impatto MSA, obiettivi MSA, obiettivi d'azione MSA
- Analisi della situazione attuale
- Definizione della situazione attesa





# Consulenza sulla gestione delle assenze

Tenere sotto controllo le assenze

La gestione delle assenze è un pilastro importante nel management della salute in azienda. Riceverete assistenza nella pianificazione, nella creazione e nell'ulteriore sviluppo della gestione delle assenze.

- Basi e struttura della gestione delle assenze
- Pianificazione delle fasi di gestione delle assenze
- Dati base e valutazione
- Concetto e linee guida
- Processi vari



# Gestione delle assenze

Tenere sotto controllo le assenze

Imparate a riconoscere i segnali di allarme nei dipendenti e ad agire di conseguenza. Vi sentirete sicuri nel gestire i colloqui con il personale e sarete motivati a promuovere una cultura e una comunicazione positive.

- Introduzione alle basi e alla struttura della gestione delle assenze.
- Assenze in Svizzera
- Modelli, processi e gestione dei colloqui
- Riconoscimento e intervento tempestivo



# Burnout

Prevenire il burnout con la prevenzione

Le persone colpite si sentono svuotate, emotivamente esauste e spesso si assentano per lunghi periodi. Questo non dev'essere: **Sensibilizziamo sul tema del burnout e vi mettiamo in grado di riconoscere i primi segnali di burnout e di reagire correttamente.**

- Il burnout e le sue fasi
- Fattori di stress sul lavoro e stili lavorativi stressanti
- Tratti della personalità e rischio di burnout
- Salute fisica e mentale
- Guida alla prevenzione



# Cultura aziendale

Sviluppare valori e viverli nel lavoro quotidiano

La cultura aziendale mostra ciò che un'azienda rappresenta e ciò che è importante per essa. Inoltre, svolge un ruolo importante nel modo in cui i dipendenti pensano, sentono e agiscono. In questo modulo vi occuperete attivamente della cultura aziendale e dei valori ad essa associati. **Svilupperete anche misure concrete per garantire che i valori siano vissuti in azienda.**

- Cultura aziendale, valori e comportamenti
- Analisi dello status quo
- Iniziative per applicare i "comportamenti di rilievo" nel team
- Autovalutazione e riflessione sui propri comportamenti





# Una leadership sana

Avere dipendenti sani,  
motivati e produttivi

I dirigenti hanno un'influenza significativa sulla salute dei loro dipendenti. In questo modulo, pensato per i manager, imparerete come lavoro, salute e leadership siano interconnessi e quali caratteristiche costituiscano una sana (auto)leadership o da dove si possa attingere come manager.

- Lavoro, salute e leadership
- Vantaggi di una leadership sana
- Atteggiamento e campi d'azione di una leadership sana
- Funzione di modello e sana leadership di sé stessi
- Esercizi di auto-riflessione



# Salute mentale

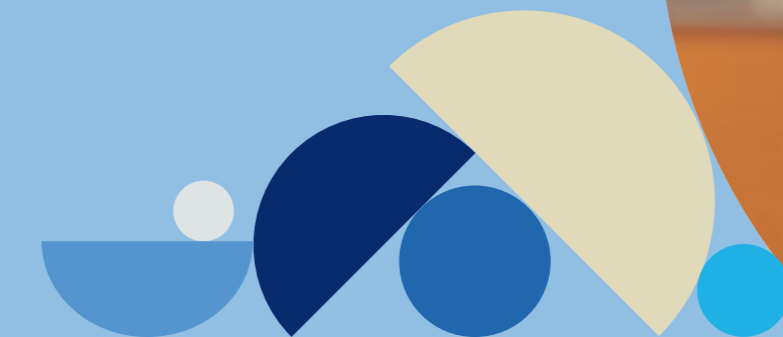
Padroneggiare la vita con la forza mentale

La salute mentale è un fattore rilevante per una vita soddisfacente, anche nel mondo professionale. In questo modulo imparerete i fatti e le cifre più importanti sulla malattia mentale e sui fattori che la influenzano sul lavoro. Sarete in grado di rendere la salute mentale un tema all'interno del team e di riconoscere i primi segnali reagendo in modo appropriato.

- La malattia mentale sul posto di lavoro
- Fattori di rischio e segnali precoci
- Possibilità di influenzare nelle vesti di leader



Sano in home office





# Sano in home office

Work-Life-Balance ed essere efficienti nell'ufficio di casa

L'home office non è più una rarità. Sebbene lavorare da casa abbia molti vantaggi, ci sono anche delle sfide da affrontare. In questo modulo, vi familiarizzerete con questi vantaggi e sfide e apprenderete le strategie per gestire i fattori di stress e per l'auto-organizzazione dell'home office.

- Fatti e numeri
- Stress e fattori di protezione
- Aiuto contro i rischi che causano stress nell'home office
- L'autogestione nell'home office



# Resilienza

Apprendere, sviluppare e rafforzare la resilienza

La resilienza è sulla bocca di tutti: la capacità di superare le difficoltà attingendo alle proprie risorse. In questo modulo apprenderete a conoscere la resilienza, i suoi benefici e i fattori più importanti. Imparerete quali sono i metodi disponibili per rafforzare la vostra resilienza e quella dei vostri collaboratori nel lavoro quotidiano.

- Importanza della resilienza sul posto di lavoro
- Modello dei sette pilastri della resilienza
- Approcci per un atteggiamento resiliente
- Rafforzare e costruire la resilienza
- Esercizi di auto-riflessione



# Stress e rigenerazione

## Gestione delle risorse e dello stress

Lo stress ha un effetto negativo sul nostro benessere e sulla nostra salute. Per migliorare il modo in cui affrontate lo stress, in questo modulo apprenderete che cos'è esattamente lo stress, quali sono i vostri fattori scatenanti e come affrontarli. Imparerete strategie per il recupero personale, l'organizzazione del lavoro e la gestione mirata dello stress.

- Stress, lavoro e salute
- Tempo e autogestione
- Gestione dello stress mentale
- Rilassamento e rigenerazione
- Risorse e approcci della psicologia positiva



# Apprezzamento

## Promuovete un'interazione rispettosa

L'apprezzamento è una risorsa importante nel lavoro quotidiano. In questo modulo imparerete come l'apprezzamento sia legato alla salute e al lavoro e come adottare un atteggiamento di apprezzamento verso sé stessi e gli altri. Sarete motivati a vivere con maggiore consapevolezza il vostro lavoro quotidiano.

- Influenza dell'apprezzamento sulla salute e sul lavoro
- Budget destinato all'apprezzamento
- Atteggiamento interiore
- Forme di riconoscimento
- Implementazione nel lavoro quotidiano
- Critica costruttiva





# Colloquio di valutazione

Revisione sistematica delle misure di MSA

Per radicare stabilmente il MSA nell'azienda, è importante valutare costantemente le misure adottate. Durante l'incontro di valutazione, si discutono gli obiettivi definiti e le misure implementate e si determinano i passi successivi.

- Applicazione del modello di impatto della salute in azienda
- Valutazione delle misure in base ai parametri definiti
- Definizione di misure aggiuntive per l'ottimizzazione e l'ulteriore sviluppo



# E molto altro...

Vorreste saperne di più oppure desiderate una consulenza?

Inviateci un messaggio all'indirizzo e-mail [corporate.health.consulting@zurich.ch](mailto:corporate.health.consulting@zurich.ch). Non esitate a contattarci.

