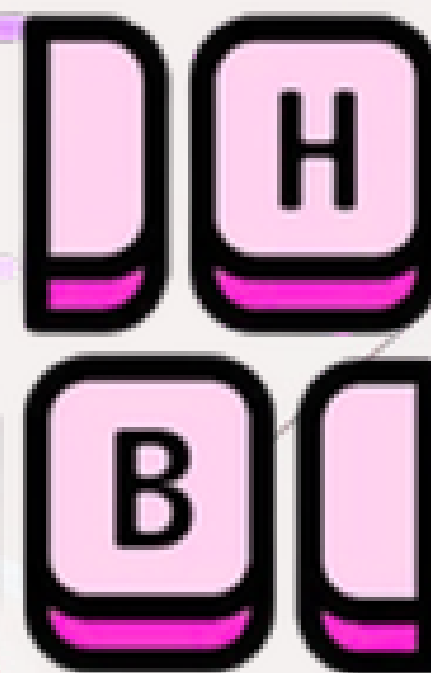


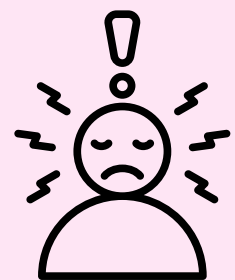


HEALTH FOR BUSINESS

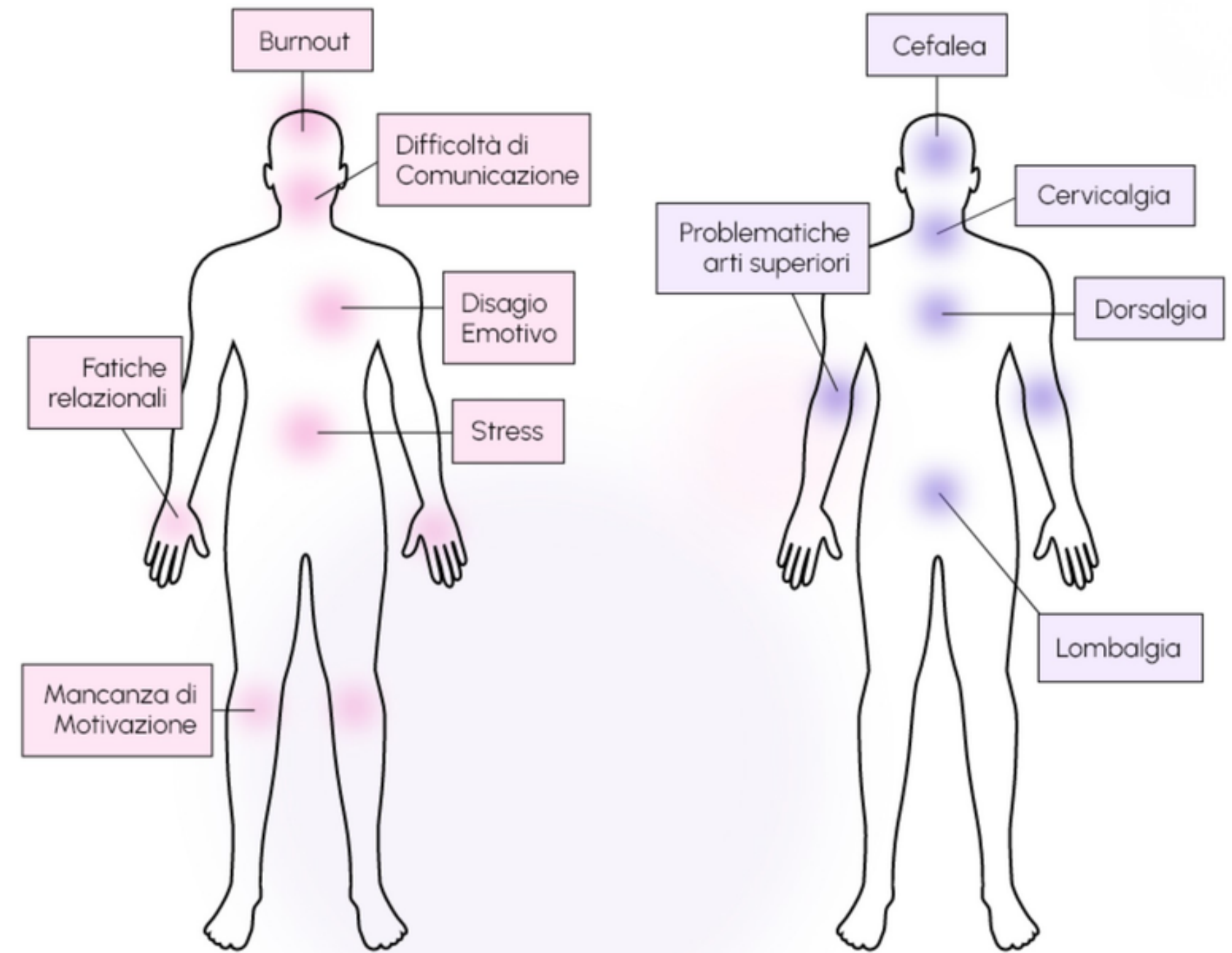
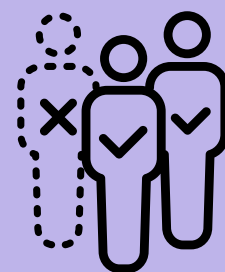
Il benessere nella tua azienda

Cosa **sappiamo** oggi?

Ad oggi sappiamo che sia **i disturbi neuro-muscolo-scheletrici** sia **i disagi psicologici ed emotivi** dei lavoratori hanno un impatto negativo sulle performance aziendali.



Chi non si sente supportato dalla propria azienda in termini di salute e benessere ha maggiori probabilità di soffrire di stress e ansia. Questo può portare a una serie di problemi, tra cui **l'assenteismo, la riduzione della produttività e persino il turnover**



Perché oggi il **benessere** è una leva strategica



Il benessere delle persone è una componente essenziale del funzionamento aziendale.

Stress, dolore fisico, difficoltà relazionali e sovraccarico emotivo incidono in modo diretto su continuità operativa, qualità del lavoro, clima interno e capacità di collaborazione.

Le aziende che investono in modo strutturato nel benessere:

Riducono
assenteismo
e cali di
energia

Migliorano
il clima e
le relazioni
interne

Favoriscono
maggiore
produttività

Sostengono
nel tempo
le proprie
persone

Occuparsi di benessere significa creare condizioni di lavoro più efficaci, sostenibili e coerenti con le sfide organizzative attuali.

Cos'è **Health** for Business



Health for Business è un progetto dedicato al benessere psico-fisico e relazionale delle persone in azienda.



Collaboriamo con **PMI, aziende strutturate e studi professionali** che desiderano integrare il **benessere** all'interno della propria organizzazione in modo concreto e misurabile.



Progettiamo e realizziamo percorsi di **wellbeing su misura**, costruiti a partire dalla cultura aziendale, dagli obiettivi organizzativi e dalle esigenze reali delle persone.

*Ogni percorso è pensato per essere **applicabile nel quotidiano** lavorativo e **sostenibile** nel tempo.*

Il **nostro** approccio

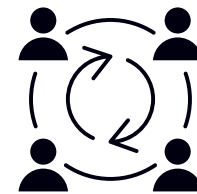
Il benessere in azienda riguarda la persona, le relazioni e il contesto in cui si lavora. Adottiamo un approccio integrato che considera l'organizzazione come un sistema in cui ogni elemento influenza gli altri.

Il nostro lavoro si fonda su:

Integrazione tra
dimensione **fisica**,
emotiva e relazionale



Attenzione alle **dinamiche**
di gruppo e ai ruoli
organizzativi



Collaborazione tra
professionisti della
salute e della relazione



L'obiettivo è favorire un benessere che migliori il funzionamento complessivo dell'organizzazione.

Come lavoriamo

Un processo chiaro e condiviso

Ogni progetto **Health for Business** segue una struttura definita e adattabile:

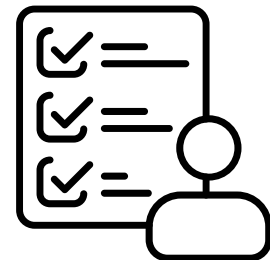
Analisi del contesto

Incontro con HR e management per comprendere bisogni, priorità e obiettivi.



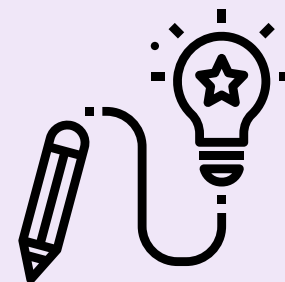
Valutazione iniziale del benessere

Utilizzo del Test di Benessere Aziendale per fotografare la situazione di partenza.



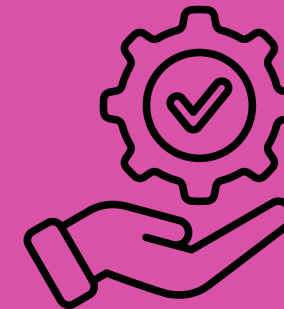
Progettazione del percorso

Definizione delle aree di intervento e delle modalità più adatte all'organizzazione



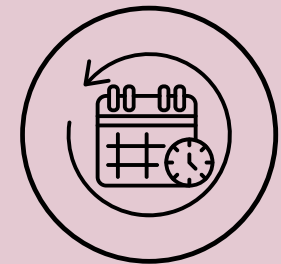
Attivazione degli interventi

Servizi individuali, di gruppo e formativi, in azienda o online.



Monitoraggio e follow-up

Valutazione dei risultati e confronto nel tempo.



Aree di **intervento**

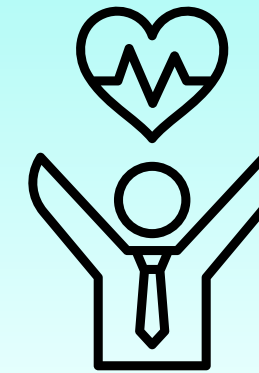
Benessere psicologico

Gestione dello stress,
consapevolezza ed
equilibrio emotivo.



Benessere fisico

Prevenzione dei **disturbi muscolo-scheletrici**,
postura, movimento.



Benessere lavorativo

Clima, **comunicazione**,
collaborazione e
dinamiche di team.



Engagement e appartenenza

Coinvolgimento,
motivazione e senso di appartenenza
all'organizzazione.



Le nostre aree di intervento rispondono alle principali dimensioni del benessere in azienda, integrando salute della persona, qualità delle relazioni e funzionamento organizzativo.

I **format** di intervento

Le attività possono includere:

Percorsi di **team building** e **counseling**
di gruppo



Sportelli di counseling individuale (in
presenza o online)



Interventi di **osteopatia** in azienda



Attività di movimento e prevenzione fisica



Workshop e **percorsi formativi sul
benessere**



I **format** di intervento

Le attività possono includere:

Percorsi di **team building** e **counseling**
di gruppo



Sportelli di counseling individuale (in
presenza o online)



Interventi di **osteopatia** in azienda



Attività di movimento e prevenzione fisica



Workshop e **percorsi formativi sul
benessere**



I **format** di intervento

Osteopatia

L'osteopatia in azienda è finalizzata alla **prevenzione e alla gestione dei disturbi muscolo-scheletrici** legati al lavoro sedentario, alle posture prolungate e ai carichi fisici ripetitivi. L'intervento contribuisce a ridurre dolore e tensioni, migliorare il comfort fisico e favorire una maggiore continuità lavorativa.



I **format** di intervento

Counseling individuale

Il counseling individuale offre uno **spazio riservato di ascolto e confronto, orientato al benessere** emotivo e alla gestione delle difficoltà personali e lavorative.

Supporta le persone nello sviluppo di consapevolezza, nella gestione dello stress e nel miglioramento delle risorse personali, con un impatto positivo sul lavoro quotidiano.



I **format** di intervento

Counseling di gruppo

Il counseling di gruppo è uno strumento efficace per lavorare sulle **dinamiche relazionali e sul clima interno**.

Favorisce comunicazione, ascolto e collaborazione all'interno dei team, contribuendo a migliorare il funzionamento del gruppo e la qualità delle relazioni professionali.

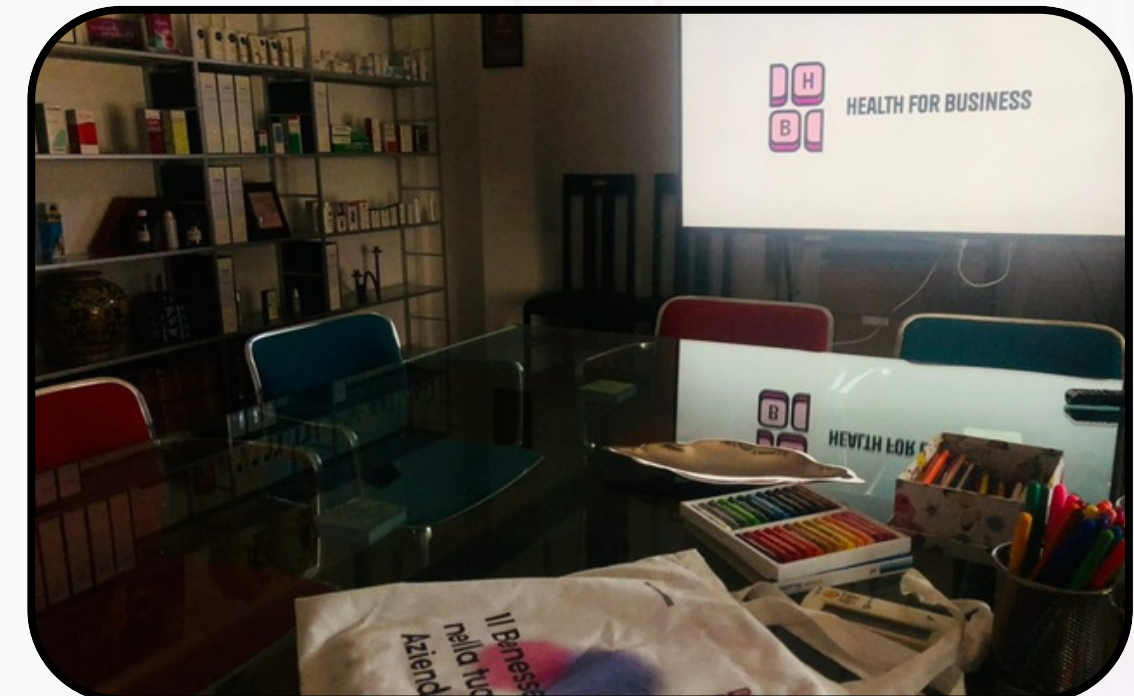


I **format** di intervento

Formazioni

I percorsi formativi sono progettati per **sviluppare competenze legate al benessere personale e organizzativo.**

Attraverso workshop e momenti formativi mirati, supportiamo le persone e i team nel rafforzare consapevolezza, responsabilità e capacità di gestione delle sfide lavorative.



I **format** di intervento

Nutrizione

Gli interventi nutrizionali sono orientati a promuovere stili di vita più **sani e sostenibili, con particolare attenzione all'energia, alla concentrazione e al benessere generale.**

La corretta alimentazione diventa uno strumento concreto di supporto alla performance e alla salute nel contesto lavorativo.

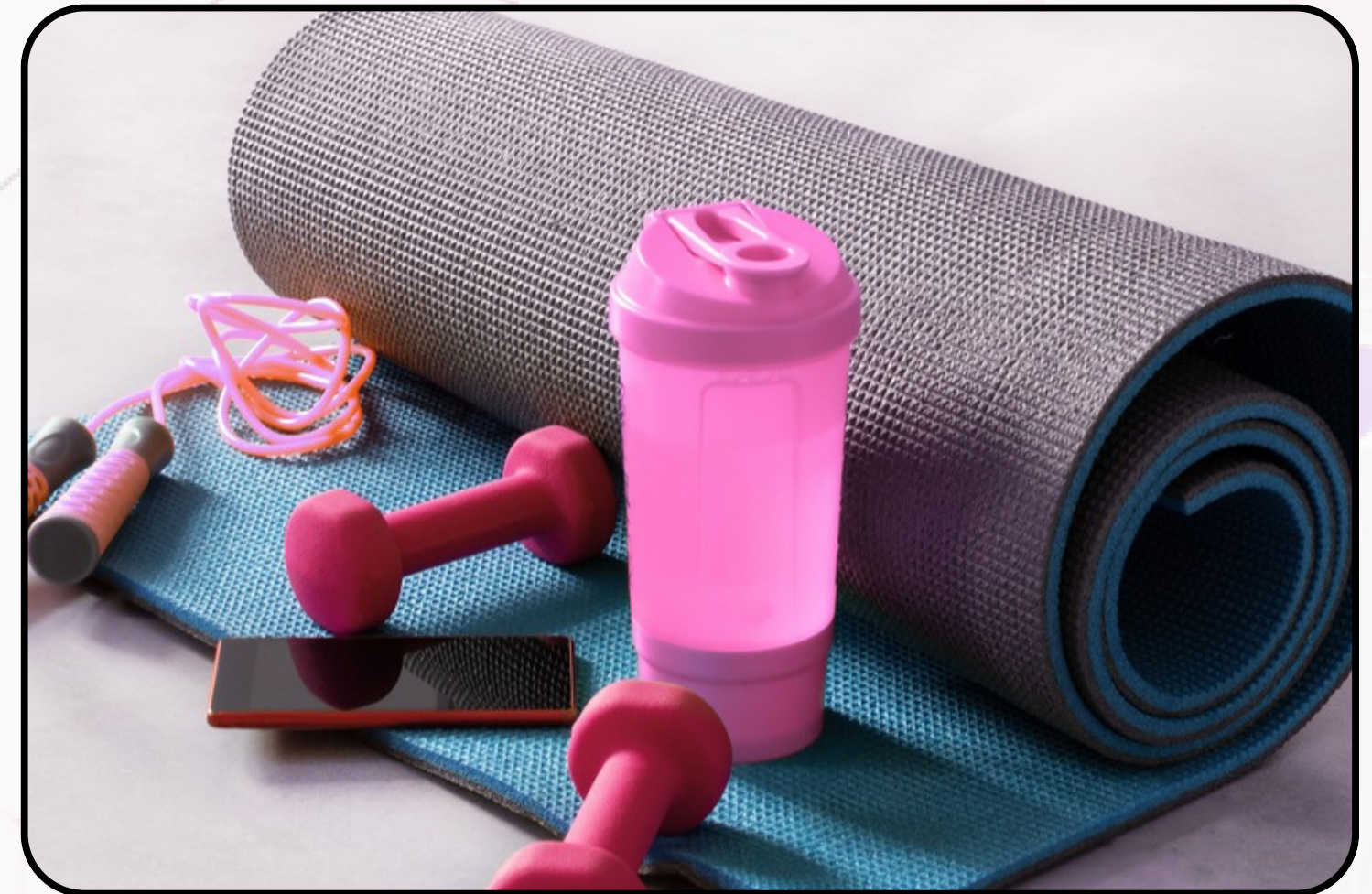


I **format** di intervento

Attività motorie

Le attività motorie proposte, come **pilates, yoga ed esercizi aerobici e di forza**, sono pensate per migliorare mobilità, resistenza e benessere fisico generale.

Il movimento regolare contribuisce a ridurre tensioni, prevenire disturbi fisici e sostenere equilibrio e vitalità durante la giornata lavorativa.



Il test di **ben-essere** aziendale

Il Test di Benessere Aziendale è uno **strumento di valutazione** che consente di **misurare lo stato di benessere** dell'organizzazione in modo semplice e leggibile.

Benessere psicologico

Utilizziamo come riferimento il **WHO-5 Well-Being Index**, sviluppato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e validato a livello internazionale. Questa area indaga umore, energia, qualità del riposo e interesse per la vita quotidiana.

Benessere fisico

Si ispira a strumenti di valutazione della salute percepita ampiamente utilizzati in ambito occupazionale, come i questionari sulla qualità della vita e sulla funzionalità fisica (es. **SF-12 / SF-36**), adattandoli al contesto lavorativo e alla prevenzione dei disturbi muscolo-scheletrici.

Benessere lavorativo

Prende riferimento dalla **letteratura sul clima organizzativo** e sul benessere lavorativo, integrando elementi presenti in strumenti di valutazione del contesto di lavoro e delle relazioni professionali (job satisfaction, qualità delle relazioni, percezione del clima).

Engagement e senso di appartenenza

L'area dell'engagement e del senso di appartenenza utilizza come riferimento **l'eNPS** (Employee Net Promoter Score), uno strumento ampiamente utilizzato in ambito aziendale per valutare il livello di coinvolgimento e la relazione delle persone con l'organizzazione.

Il test di **ben-essere** aziendale

Prima dell'avvio degli interventi viene somministrato il **Test di Benessere Aziendale**, che consente di raccogliere una fotografia iniziale del benessere dell'organizzazione.

Il test restituisce uno **score unico e integrato**, costruito a partire da quattro aree: benessere psicologico, fisico, lavorativo-relazionale ed engagement.

Il test viene successivamente riproposto come **follow-up** a sei mesi e a un anno (in base agli accordi con l'azienda), con l'obiettivo di **monitorare l'andamento nel tempo** e rendere il percorso di intervento il più possibile oggettivabile e misurabile.

Pur nella consapevolezza che il benessere è un fenomeno complesso, composto da molte dimensioni e non sempre completamente misurabile in modo oggettivo, questo approccio permette di affiancare alla **dimensione qualitativa una lettura strutturata dei cambiamenti**, utile per orientare decisioni HR e manageriali.

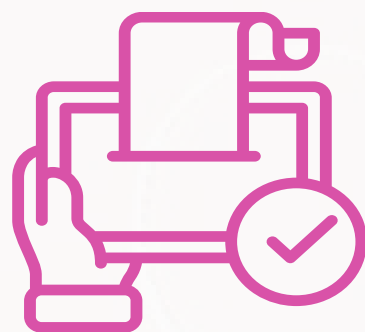


Perchè **investire** nel benessere

Un approccio strutturato al benessere aziendale contribuisce a:

- ✓ **Migliorare la qualità del lavoro**
- ✓ **Ridurre assenze e disagi fisici ed emotivi**
- ✓ **Rafforzare il clima e la collaborazione**
- ✓ **Sostenere la motivazione delle persone**
- ✓ **Valorizzare l'immagine aziendale**





**Tutti i costi sono
deducibili al 100% !**

Investire nel benessere dei propri dipendenti non è solo giusto ma è anche conveniente.

L'offerta ed i costi sono cuciti su misura del cliente, così come la durata del pacchetto.

Potrete decidere di avere la consulenza ed i trattamenti di un singolo professionista o di tutta l'equipe.

In base alle vostre richieste saremo lieti di sviluppare la proposta più vantaggiosa e utile alla vostra azienda.





A chi ci rivolgiamo

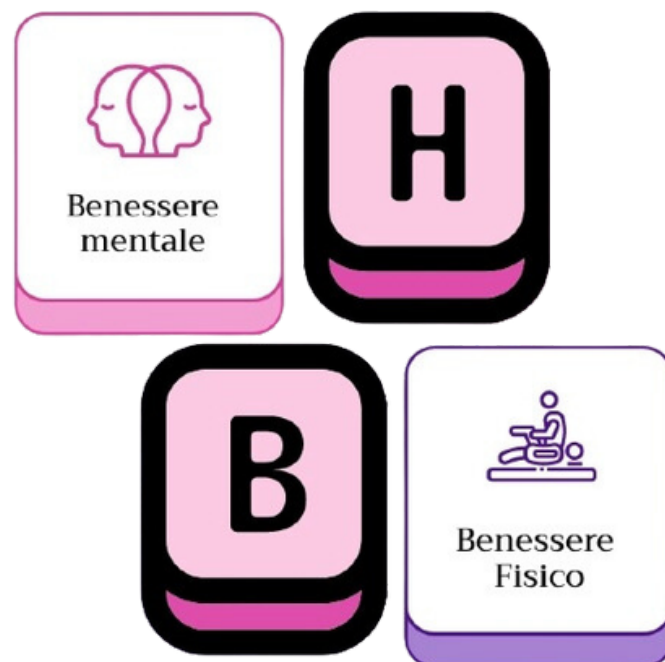


Collaboriamo con **HR, manager e imprenditori** che desiderano costruire ambienti di lavoro più sani ed efficaci.

Studi professionali

PMI e aziende
strutturate

Organizzazioni che
considerano le persone
una risorsa strategica



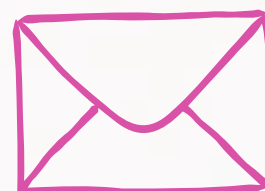
HEALTH FOR BUSINESS

Il Benessere nella tua azienda

Contatti



+393473106186



lucarizzi@healthforbusiness.it



www.healthforbusiness.it

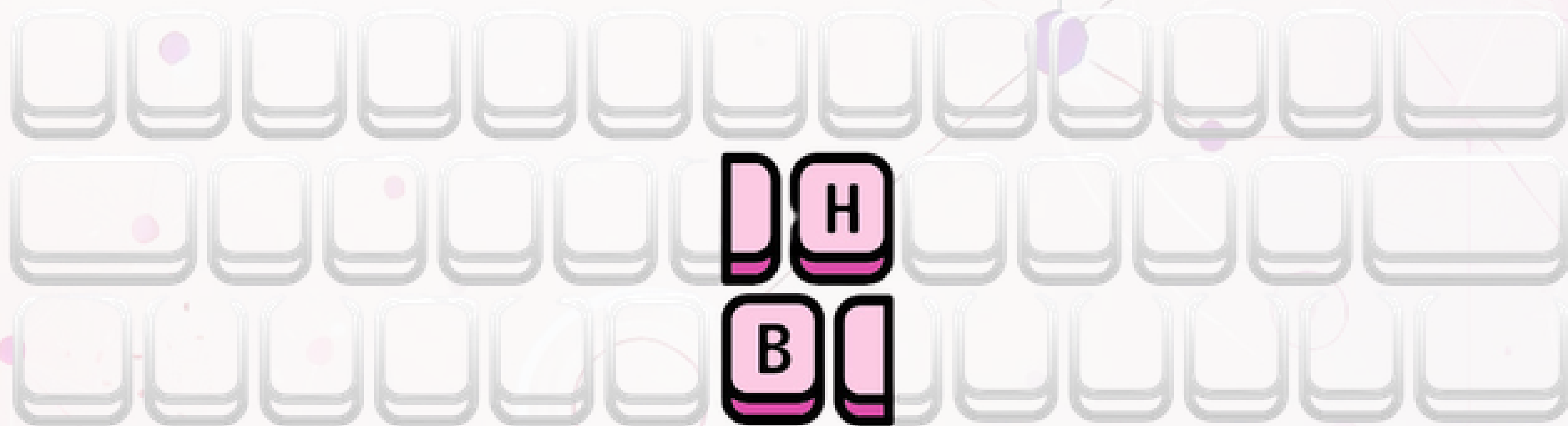


@healthforbusiness_milan



healthforbusiness

Costruiamo insieme il percorso più adatto alla tua azienda.



GRAZIE