

# Flessibilità, benessere e business Gli spazi di lavoro cambiano pelle

Nadia Anzani

*Il diffondersi dello smart working ha modificato il modo di stare in azienda e l'organizzazione degli uffici. Dove gli ambienti diventano mobili per adattarsi alle mutevoli esigenze di aziende e dipendenti sempre più nomadi. Facendo spazio a soluzioni ergonomiche, accoglienti e a basso impatto ambientale, che strizzano l'occhio alla salute psicofisica delle risorse. Ma anche al loro rendimento e produttività.*

In ufficio come a casa. A casa come in ufficio. Il confine tra l'ambiente di lavoro e quello domestico si assottiglia sempre più, spinto dall'evoluzione del concetto di lavoro e di conseguenza degli ambienti dove questo si svolge. Diminuiscono gli spazi dedicati agli uffici, si limano i metri quadrati, si tagliano le scrivanie. Le mura dell'azienda diventano flessibili e creano nuovi spazi al di fuori del suo perimetro, invadendo le case, le aree co-working e qualsiasi altro luogo dove il lavoratore si senta a suo agio, riesca a concentrarsi e soprattutto a produrre con profitto.

“È in atto un profondo cambiamento degli spazi dedicati al lavoro”, spiega Marco Predari, Presidente Assoufficio. “Oggi per le imprese è importante poter fornire un ambiente professionale gratificante in grado di rispondere a esigenze di comfort e di adattarsi velocemente al cambiamento della funzione lavorativa. Spariscono gli spazi chiusi, si fanno largo quelli allargati, ma senza divisioni nette tra gli uni e gli altri. Nelle aziende si fa largo un mix compositivo con aggregazioni di posti di lavoro singoli e di gruppo. Spazi dove concentrarsi e quelli dove confrontarsi con il team di riferimento”.

## Pareti flessibili per team in evoluzione

L'architetto Michele Molé, Fondatore e Direttore creativo dello Studio Nemesi, attualmente impegnato nella progettazione del sesto Palazzo uffici Eni di San Donato, a una manciata di chilometri da Milano, aggiunge: “Gli spazi diventano a fisarmonica per adattarsi velocemente alle diverse esigenze organizzative dell'azienda, che cambiano a seconda dei progetti da seguire coinvolgendo un numero di persone variabile e di nazionalità diverse. Per fare questo anche il cantiere all'interno cambia pelle” spiega Molé. “non più pareti realizzate in umido, ma moduli prefabbricati e integrati che senza mettere in discussione elementi strutturali come gli impianti elettrici e idraulici, possono velocemente essere smontati e rimontati per dare vita a spazi riunioni per piccoli o grandi team di lavoro, ma anche aree per la ricreazione e il relax o dove avere conference call in ambienti perfettamente insonorizzati; senza dimenticare quelle dedicate alla formazione, molto importanti per tutte le aziende e in modo particolare per quelle di grandi dimensioni, con risorse operanti in tutto il mondo, fino ad arrivare a spazi di co-working”.

E in società che diventano sempre più internazionali, gli spazi comuni acquistano un ruolo identitario. “Un valore unico ed è per questo che vanno curati nei minimi dettagli”, aggiunge Molé. “Per i dipendenti abituati a lavorare in team con un'alta rotazione e che spesso sono fuorisede all'estero è importante sentirsi all'interno di una grande famiglia, riconoscersi con la sua identità. Per questo nel nuovo Palazzo uffici Eni abbiamo pensato non solo a un auditorium-teatro, a spazi fitness ed espositivi, ma anche a una piazza interna che rappresenta il cuo-



Marco Predari,  
Presidente Assoufficio



Rendering del sesto Palazzo uffici Eni di San Donato

re dell'intera struttura e che ha la funzione dell' Agorà greca. Un luogo dove incontrare, confrontarsi, discutere”.

### Dal design fisico a quello antropologico

Ma quali saranno le esigenze future di un lavoratore che diventa sempre più nomade grazie anche al diffondersi dello smart working?

“Questa è la grande sfida che ci aspetta”, prosegue Predari. “A questo proposito durante il Salone del mobile 2016 Assoufficio ha presentato un interessante concept dedicato alle esigenze del lavoratore del futuro che sono: concentrazione, aggregazione e comunicazione. Andiamo incontro a un mondo che non è più proiettato verso il design fisico, ma verso quello antropologico e psicologico, che tiene conto della valenza umana, il che vuol dire attenzione a una giusta illuminazione, climatizzazione corretta, contenimento massimo del rumore e alla sostenibilità dei complementi per avere una qualità ambientale diffusa oltre al sistema di arredo tout court”. Il tutto per far sentire bene il lavoratore, perché un impiegato soddisfatto e in salute impatta positivamente sulla produttività e non solo. Secondo i dati diffusi dal World Green Building Council, in un luogo di lavoro a misura di dipendente, l'aumento del rendimento lavorativo raggiunge l'11%. Ma cosa significa a misura di lavoratore? Significa un ambiente attento anche alla sua salute, quindi con una buona ventilazione e qualità dell'aria, postazioni lavorative con una vista piacevole verso l'esterno, correttamente insonorizzate e spazi dominati dalla luce del sole.

### Ergonomia non vuol dire solo arredo

Visto che prevenire è meglio che curare, una delle prime mosse da fare per tutelare la salute e l'efficienza operativa dei propri dipendenti è

quella di prendere in esame la corretta applicazione della metodologia ergonomica per assicurare tutta una serie di benefici psicologici oltre che fisiologici. “Da qualche mese stiamo avendo un notevole successo di mercato anche con le novità più recenti come Quick Stand, Quick Stand Lite, dispositivi di lavoro definitibili, appunto, ergonomici poiché adattabili a qualsiasi tipo di scrivania. I vantaggi operativi che ne derivano sono evidenti, innanzitutto per incentivare l'alternanza tra postura assisa, troppo spesso prolungata, e postura eretta così come per poter configurare il monitor e la tastiera regolandone l'altezza e la distanza in modo sempre appropriato e dinamico”, interviene Luciano Guglielmini, Country manager di Humanscale in Italia, Grecia Turchia e Malta. Che, a proposito della creazione di ambienti a misura d'uomo, lamenta uno scarso coinvolgimento a livello multidisciplinare tra i soggetti coinvolti nelle fasi di progettazione e ristrutturazione degli ambienti di lavoro: “Da una parte l'azienda dialoga, quasi sempre,



Luciano Guglielmini, Country manager di Humanscale in Italia, Grecia Turchia e Malta



QuickStand, la workstation regolabile in altezza di Humanscale



solo con i suoi progettisti, dall'altra quasi mai vengono coinvolti esperti di fisiologia umana o ergonomi", è la sua tesi. "Eppure in questo modo si potrebbe dare un contributo più completo alla tutela della salute ed efficienza operativa degli addetti ai lavori". In Italia abbiamo moltissimo da fare sotto questo aspetto, proprio perché in passato si è fatto poco o nulla. Per esempio da molti anni, così come è previsto dalla legge, le aziende si impegnano nella formazione dei propri collaboratori, anche neoassunti, attraverso corsi interni in tema di sicurezza intesa come "vie di fuga" in caso di necessità o emergenza. "Ma raramente hanno pensato a corsi di formazione per insegnare la corretta postura assisa", incalza Guglielmini.

Ed è anche per questo che Humanscale esercita una promozione determinata in materia di qualità ergonomica sul posto di lavoro. Una delle attività più costanti, oltre che di successo, è rappresentata dalla promozione e diffusione dei bracci porta-monitor. "Il prodotto è molto apprezzato dalle aziende e dai professionisti, in particolare dai medici del lavoro, perché ha una funzione positiva e dinamica che viene percepita come concreta tutela degli apparati visivi e muscolo-scheletrici", aggiunge il manager. "Oggi, soprattutto negli uffici più moderni, spesso si ha una condivisione delle postazioni di lavoro ed è fondamentale poter soddisfare in maniera appropriata le esigenze di persone con caratteristiche fisiche diverse". I bracci porta-monitor Humanscale permettono di adattare il video in altezza, avvicinarlo o allontanarlo, ruotarlo di 360 gradi o spostarlo a destra e a sinistra per dividerlo con un collega oppure con un cliente.

"Il punto critico è che la maggior parte delle aziende non sono a conoscenza del fatto che con un minimo investimento (poche centinaia di euro) si può decisamente migliorare la qualità della vita delle persone nell'ambiente ufficio", conclude Guglielmini.

### Hi-tech, partner dei lavoratori nomadi

Anche la tecnologia ha un ruolo centrale negli ambienti di lavoro contemporanei. Se è possibile lavorare da casa piuttosto che da uno spazio co-working in città, lo si deve proprio allo sviluppo che in questi ultimi anni ha avuto la tecnologia che contribuisce a ottimizzare produttività, convenienza economica e rispetto per l'ambiente.

Tablet, Pc, smartphone sono ormai diventati strumenti indispensabili per la tribù dei lavo-

ratori nomadi in costante evoluzione. Cuffie intelligenti e auricolari bluetooth, piuttosto che altoparlanti vivavoce, diventano fondamentali per tenersi in contatto con un ambiente di lavoro globale in modo professionale.

I lavoratori flessibili devono potersi connettere alle reti aziendali in maniera facile e veloce. I dispositivi devono essere intuitivi, le cuffie e gli auricolari ergonomici e confortevoli. Inoltre, i lavoratori devono sapere come utilizzare il potere della propria voce in assenza dell'interazione faccia a faccia e del linguaggio del corpo. Lo sanno bene in Plantronics azienda *made in Usa*, sul mercato dal 1961, che per prima ha lanciato sul mercato la cuffia leggera, l'auricolare per telefoni cellulari, la tecnologia a cancellazione del rumore e l'altoparlante personale. L'obiettivo dell'azienda è



La cuffia leggera di Plantronics

sempre stato ben chiaro: rimuovere le barriere per semplificare e rendere più intelligenti le comunicazioni. Obiettivo più che mai attuale per le aziende moderne sempre connesse con il mondo esterno.

"Le nostre tecnologie, unite all'esperienza acquisita, aiutano le imprese a restare collegate, a unificare e rendere chiare tutte le comunicazioni, consentendo ai dipendenti di lavorare in modo flessibile e alle organizzazioni di migliorare la produttività", interviene Daniele Andriolo, Manager of Global Facilities & Workplace Services di Plantronics. Così quello che un tempo era un prodotto per pochi, oggi è diventato uno strumento di comunicazione indispensabile. I meeting e le interazioni faccia a faccia vengono sempre più spesso sostituiti da conferenze audio e video. In questo mondo di lavoro flessibile, in cui le persone utilizzano tecnologie intercambiabili, le cuffie e gli auricolari costituiscono l'hub che riunisce tutti gli elementi.

"Un tempo le cuffie erano considerate uno



Daniele Andriolo,  
Manager of Global  
Facilities & Workplace  
Services di Plantronics.



strumento solo da call center e gli auricolari bluetooth erano utilizzati per un uso esclusivo del cellulare. Oggi invece il confine tra vita privata e lavoro si sta assottigliando e l'utente ha la necessità di avere dispositivi che permettano di lavorare sempre e ovunque, con il massimo comfort, la massima flessibilità e una chiarezza acustica impeccabile", spiega Andriolo.

La possibilità di muoversi mentre si lavora, del resto, è fondamentale, perché aiuta a rilassarsi. "Mentre si fa una conference call è possibile bersi un caffè, guardare fuori dalla finestra su un ambiente verde. Avere la possibilità di abbandonare, anche solo per poco, la propria postazione lavoro abituale o il pc, fa bene alla salute", aggiunge il manager.

Le ricadute psicofisiche su rendimento e produttività in un ambiente di lavoro più a misura d'uomo, del resto, sono state misurate da diverse ricerche. Plantronics è stata pioniera di questa filosofia, introducendo in azienda con successo lo smart working e dotando tutti i suoi impiegati di prodotti tecnologici di ultima generazione. "Abbiamo notato un aumento della soddisfazione dei dipendenti del 40% e una diminuzione dell'assenteismo del 60%", commenta con soddisfazione Andriolo.

Ma non finisce qui. "I team IT confermano una riduzione dei costi di audio e video conferenze dell'80% grazie all'implementazione di prodotti wireless. Abbiamo agevolato le comunicazioni dei nostri dipendenti al massimo grazie all'eliminazione totale dei telefoni fissi e all'adozione di softphone basati su pc. Così la comunicazione non è confinata al solo ufficio, ma è possibile rispondere a chiamate o convocare conference call stando seduti comodamente a casa o a un bar. La scrivania è sempre a portata di mano insomma. O, forse, anche il termine 'scrivania' è destinato a perdere la sua accezione di oggetto fisico e assumere un significato più virtuale".

### **Il facility management cambia volto**

In un ambiente di lavoro sempre più attento al benessere dei dipendenti, anche i servizi di facility management diventano importanti e si evolvono andando oltre alla qualità della pulizia degli uffici e alla gestione dei servizi di accoglienza e dei lavori di manutenzione. "Il nostro obiettivo per i prossimi anni è spostare l'attenzione dall'office & building care al workplace & people care, per arrivare a dare all'azienda cliente un'assistenza a tutto tondo che possa fornire un servizio di elevata quali-

tà", incalza Antonio Boezio, Amministratore Delegato di Ecostilla, azienda specializzata che con i suoi 300 dipendenti offre servizi di facility management, pulizie per aziende, servizi integrati e speciali. "Per questo abbiamo iniziato da qualche tempo a offrire ai nostri clienti anche il servizio di maggiordomo in azienda, cui i dipendenti possono rivolgersi per adempiere alle piccole incombenze quotidiane: andare in posta, portare l'auto dal meccanico e così via. Tutte attività che lo distraggono dalla sua attività professionale", dice il numero uno dell'azienda. Tra le altre cose è un costo che l'organizzazione può, come previsto anche dalla legge di Stabilità 2016, detrarre totalmente dalle tasse, senza contare le ricadute positive in termini di produttività. "Oggi per le aziende facciamo anche piccoli traslochi, ristrutturazioni o manutenzioni, svuotamento cantine e abbiamo pensato di



*Antonio Boezio,  
Amministratore Delegato  
di Ecostilla*



*Tecnici di Ecostilla al lavoro*

offrire questi servizi anche ai dipendenti attraverso un pacchetto che proponiamo alle nostre imprese clienti", che però, in questo caso, si limitano a fare da tramite. La forza lavoro la mette a disposizione Ecostilla e il servizio lo paga il dipendente, per cui è più una questione di affidabilità di chi propone l'offerta che di costo.

L'idea è piaciuta a molte imprese e forte di questo Ecostilla guarda avanti. "Il nostro obiettivo è quello di dare sempre più spazio ai servizi per i dipendenti per facilitare la vita di



tutti i giorni, facendo leva su quello che è il nostro core business, ampliandolo gradualmente verso un contesto Hse (Health, safety and environment), dove Ecostilla si pone a garanzia di un benessere di più ampio respiro”, afferma Boezio. Puntando sempre al benessere e alla sicurezza dei lavoratori e al miglioramento della loro vita quotidiana, l’azienda con sede a Milano, ma presente su tutto il territorio nazionale, si propone ora anche a supporto della reale applicazione delle norme vigenti sulla Corporate Social Responsibility, così come nella gestione della mobility dei dipendenti, occupandosi del servizio taxi e car sharing. “Del resto in futuro, per come si sta evolvendo il mercato del lavoro, le aziende avranno sempre più bisogno di delegare all’esterno questo genere di servizi”, conclude Boezio che, guardando strategicamente a quello che succede sui mercati esteri, si sta organizzando per diversificare l’offerta in vista degli effetti che la diffusione dello smart working e la conseguente riduzione degli spazi ufficio, avrà sul core business del settore in cui opera Ecostilla.

### **Benessere fisico non è solo palestra**

Arredi ergonomici, uffici confortevoli e ben illuminati, tecnologia di ultima generazione per poter lavorare bene da ovunque, servizi salva-tempo per i dipendenti. Tutto per il benessere dei lavoratori. Ma la salute fisica non va dimenticata. Anzi, forse è la prima cosa che un’impresa deve salvaguardare visto l’invecchiamento della popolazione, l’innalzamento dell’età pensionabile e la diffusione di diabete e obesità. In Technogym questo lo fanno molto bene e non solo perché con le loro macchine fitness hanno arredato gran parte delle palestre aziendali italiane e straniere, ma anche perché nella società romagnola fondata da Nerio Alessandri nel 1983, il wellness è diventato la filosofia su cui si fonda l’azienda. Tanto da entrare a far parte del Workplace Wellness Alliance, un grande progetto che riunisce alcune tra le maggiori aziende al mondo, impegnate in un’iniziativa dedicata al benessere sul posto di lavoro, tema a cui, dal 2009, dedica attenzione anche il World Economic Forum di Davos, uno dei più importanti vertici economico-politici a livello mondiale. “Nelle aziende del futuro gli spazi dedicati alla salute dei dipendenti saranno sempre più diffusi”, dice Enrico Manaresi, Responsabile della Comunicazione di Technogym dalla nuova e avveniristica sede dell’azien-

da progettata da Antonio Citterio nel 2012. “Mantenere in buona salute la forza lavoro diventa una priorità. Basti dire che nel 2006 per la prima volta la popolazione obesa ha superato quella malnutrita con tutti i problemi che ne derivano”. Il progresso tecnologico e la vita frenetica di oggi ci hanno resi sedentari: si pensi che nei Paesi sviluppati le persone, in media, percorrono a piedi meno di un chilometro al giorno, quando il nostro corpo è strutturato per percorrerne 30 al giorno. “Rischiamo di trovarci di fronte a un’involuzione della specie”, osserva Manaresi. “Oggi il reale problema sanitario è sul fronte delle NCDs –le Non Communicable Disease– causate esclusivamente da abitudini di vita scorrette che, oltre alla sedentarietà, comprendono cattiva alimentazione, alcol e fumo”, continua Manaresi. “Cattive abitudini alla base di malattie cardiovascolari, che rappresentano la prima causa di morte al mondo e determinano oltre il 60% dei decessi prematuri ogni anno”. Percentuali sotto agli occhi delle grandi aziende, che si stanno rendendo conto di come la salute dei dipendenti sia correlata direttamente alla loro performance lavorativa. “Le persone che stanno bene fisicamente sono anche più motivate”, precisa Manaresi. Che aggiunge: “In Usa dove questi programmi nelle aziende esistono da più tempo, alcune ricerche hanno stimato che su ogni dollaro investito in corporate wellness c’è un ritorno di quat-



*La Wellness Ball active sitting di Technogym*



tro in termini di produttività e di sei in termini di risparmio di assistenza sanitaria”. Non solo. In base all’inchiesta *What’s the hard return on employee wellness programs?* condotta dall’Harvard business review, nel giro di sei anni, nelle aziende che hanno attivato programmi benessere per i dipendenti, i giorni di assenza dal lavoro per malattia sono diminuiti dell’80%. Non è un caso che aziende del calibro di Facebook e Google passando da Cisco System, fino a Philips Italia, Bottega Veneta e Goldman Sachs a Londra, abbiano introdotto nelle loro sedi programmi di wellness che non si limitano alla sola palestra. “Quest’ultima è solo un tassello. Da alcuni anni, infatti, Techongym offre alle aziende clienti un programma salutistico più ampio, che abbraccia non solo le attrezzature fitness, ma anche attività di consulenza sulla mensa aziendale, su come abbinare l’alimentazione all’attività fisica, fino al check up medico per i dipendenti che realizziamo appoggiandoci a strutture nostre partner”, chiosa Manaresi. Non solo quelle di grandi dimensioni, ma anche quelle medie apprezzano, segno che qualcosa sta davvero cambiando a livello di cultura.

### **Più equilibrio, più rendimento**

Un ufficio intelligente che strizza l’occhio alla salute fisica dei dipendenti non può, però, trascurare l’aspetto psicologico. A dirlo è anche una recente indagine dell’Eurobarometro della Commissione europea, secondo la quale il 53% dei lavoratori ritiene che lo stress sia il principale rischio per la salute e la sicurezza sul luogo di lavoro, mentre il 27% dei lavoratori ha riferito di avere sofferto, nei 12 mesi precedenti, di stress, depressione e ansia causati o peggiorati dal proprio impiego.

“Un ambiente lavorativo carente dal punto di vista psicosociale può avere effetti negativi sia sulle organizzazioni sia sulle economie nazionali”, afferma Laurence Duretz, Country Manager di Psya Italia, società specializzata nella promozione del benessere in azienda e della qualità di vita a lavoro, attiva sul mercato dal 1997.

“Un aumento dei fenomeni di assenteismo e presenzialismo, ovvero di lavoratori che, in caso di malattia, si presentano al lavoro pur non essendo in grado di svolgere le mansioni in modo efficace, determinato da malattie correlate allo stress, da un lato, e tassi più elevati di incidenti e infortuni causati, per

esempio, da ritmi più intensi e dalla necessità di lavorare sotto pressione, dall’altro lato, possono comportare costi significativi per un’impresa o un’organizzazione”. A livello nazionale i costi per le imprese e la società sono stimati in miliardi di euro. “Ed è proprio per questo che sta aumentando l’attenzione delle aziende per la salute dei dipendenti”, aggiunge Duretz. “Non a caso alla nostra società sempre più spesso viene chiesto di fare valutazioni sul livello di stress dei lavoratori, cosa che fino a pochi anni fa era vissuta negativamente. Ora invece, grazie anche alle campagne condotte dall’Eu-Osha (Agenzia europea per la salute e la sicurezza sul lavoro), per promuove soluzioni dettate da buone pratiche sul luogo di lavoro e condividerne le informazioni, molte imprese hanno capito che facendo questa valutazione si possono avere dati sulla base dei quali poi implementare azioni mirate”.

Ma in Psya arrivano anche richieste di consulenza per supportare le aziende in fase di ristrutturazione. “Ogni tipo di cambiamento in azienda va comunicato al meglio ai dipendenti per ridurre le incertezze, chiarire i dubbi e aiutare le persone a vivere al meglio queste fasi critiche anche con l’aiuto di coach”, dice Duretz. Già, perché oltre all’ambiente fisico, se si vogliono ottenere dei buoni risultati anche sul fronte della creatività e della produttività, è fondamentale coinvolgere i dipendenti nella vita aziendale, occorre nutrire le persone nel senso intellettuale della parola. Come? “Per esempio organizzando incontri una volta al mese durante i quali si possa discutere di temi di loro interesse con l’aiuto di esperti di settore: mangiare meglio in azienda, come migliorare la pausa pranzo, come mantenere un corpo sano e in esercizio. In questo modo il personale viene stimolato a migliorare in prima persona il luogo di lavoro”.

### **Menti rilassate sono più creative**

Quale modo migliore di coinvolgere i dipendenti se non quello di proporre attività di loro interesse che in più hanno l’obiettivo di rilassarli? Anche in Italia le imprese più illuminate stanno iniziando a sintonizzarsi su questa lunghezza d’onda e ad apprezzarne i benefici. Non a caso Wellbeing@work è una start up che da un anno si occupa di benessere in azienda offrendo alle imprese un pacchetto di corsi ampio e variegato che va dal tango argentino, allo yoga passando per



*Laurence Duretz,  
Country Manager  
di Psya Italia*



*Claudio Lastore,  
fondatore  
di Wellbeing@work*



*Lo yoga in ufficio è una delle attività proposte da Wellbeing@work*



*Simonetta Lavorati,  
co-fondatrice  
di Wellbeing@work*

il tai chi chuan, fino alle sedute individuali di counselling e coaching. “In questo settore operiamo dal 2003, ma da un anno abbiamo deciso di rivolgerci anche alle imprese”, spiega Claudio Lastore che ha fondato la società. “L’impresa non è delle più facili”, ammette Simonetta Lavorati, Co-fondatrice del progetto, “perché le aziende italiane stanno iniziando solo ora ad aprirsi alla formazione psicologica”: “Purtroppo nel nostro Paese l’intervento dello psicologo è sempre stato visto con diffidenza, perché molti lo collegano alla malattia. Invece è utile comprendere che l’essere umano è in crescita continua e accompagnare le persone nel loro processo di evoluzione è vantaggioso per il business dell’impresa”.

Specie in questo periodo, dove le riorganizzazioni e le ristrutturazioni aziendali sono all’ordine del giorno con ripercussioni inevitabili sull’equilibrio dei dipendenti. “La tensione spesso porta a contrapposizioni che minacciano l’armonia degli ambienti di lavoro”, precisa Lavorati, “e offrire gli strumenti per gestire le emozioni non può che essere un bene per il futuro delle imprese”. I mezzi a disposizione per raggiungere questo obiettivo sono diversi, così come lo sono gli esseri umani tra di loro. C’è chi apprezza un corso di biodanza, chi uno di rilassamento, chi invece opta per un percorso di counselling, spesso per gestire conflitti sul luogo di lavoro. “Attualmente le imprese ci chiedono molto corsi di yoga, tai chi chuan e i

massaggi”, dice Lastore. “Sono tutte attività di integrazione corpo-mente da praticare durante la pausa pranzo o dopo l’orario di ufficio all’interno della struttura lavorativa, realizzando una sorta di team building permanente”.

Il coaching, invece, è richiesto prevalentemente dai manager allo scopo di definire e realizzare specifici obiettivi di performance aziendale. “La tensione psicologica dovuta alle molte pressioni che queste figure hanno in azienda, spesso determina un blocco delle risorse creative”, incalza Lavorati.

“Con il counselling e il coaching cerchiamo di sbloccarli e trovare soluzioni a problemi partendo prima di tutto da un rilassamento della mente, perché una mente rilassata è più creativa. Procedendo poi verso un obiettivo che si vuole raggiungere”. E i risultati sono misurabili scientificamente. “Tra i nostri partner figura anche CFI Group, Istituto di ricerche marketing, in grado di monitorare il gradimento dei programmi offerti ai dipendenti e anche il cambiamento di clima aziendale dopo un percorso di benessere”, conclude Lavorati. E per i più scettici è possibile anche fare analisi proiettive. I costi di servizi di questo genere? “Non sono alti”, assicura Lastore. In più Wellbeing@work offre alle aziende consulenza per partecipare al progetto Whp (Workplace health promotion), organizzato dalla Regione Lombardia, partecipando al quale l’azienda può godere anche di vantaggi fiscali e assicurativi.