



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

PMI - vital
Programma per le aziende sane



La Promozione della salute in azienda nelle piccole e medie imprese

Introduzione al programma PMI-*vital*





Svolgimento

- Promozione della salute in azienda – perché?
→ Conseguenze dell'evoluzione economica su lavoro e salute
- Origine e obiettivi di *PMI-vital*
- Le aziende pilota e la loro motivazione
- *PMI-vital*: gamma di offerta per le PMI





Sviluppo dei settori economici

Von der Industrie- zur Dienstleistungsgesellschaft G 3.1

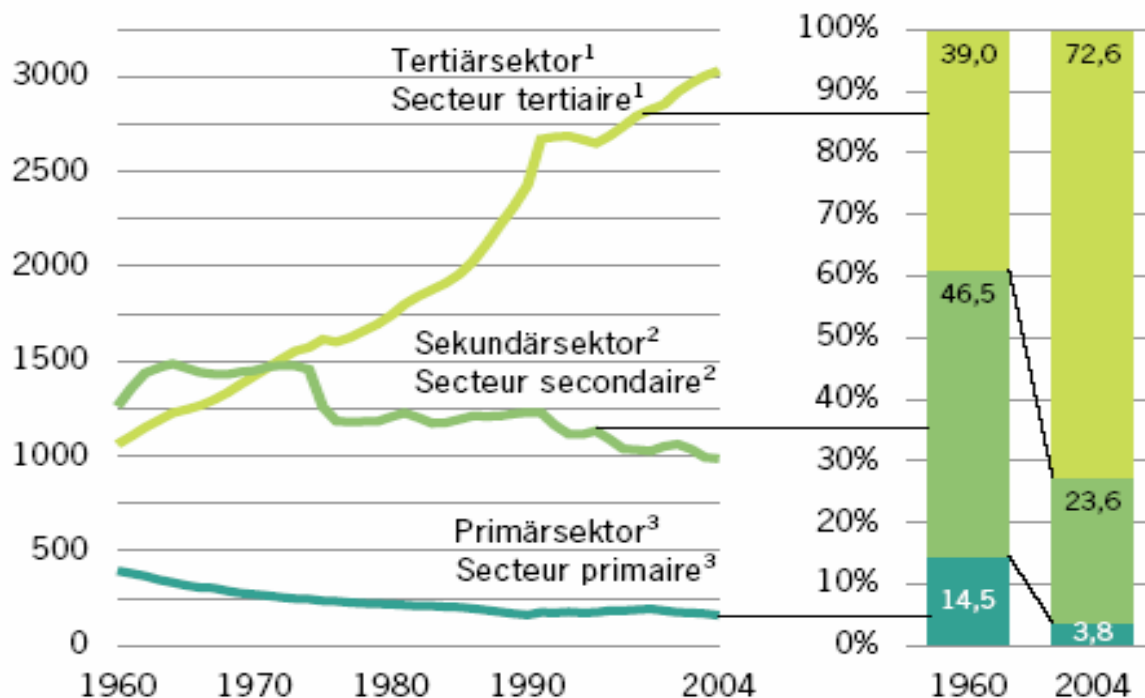
De la société industrielle à la société des services

Erwerbstätige in 1000...

... und in %

Personnes actives occupées en milliers...

... et en %



- 1 Dienstleistungen / Services
- 2 Industrie und Gewerbe / Industrie et artisanat
- 3 Landwirtschaft / Agriculture





Altri sviluppi economici

- globalizzazione della competizione
- il "capitale umano" quale fattore di successo
- la società delle 24 ore
- tecnologia dell'informazione e dell'informatica
- deregulation





Conseguenze nel mondo del lavoro e per la salute

Rischi	Tendenza nel mondo del lavoro*	Opportunità
Sovraccarico Rischio individualizzato Controllo sociale	Organizzazione del lavoro Varietà delle mansioni Responsabilità decentralizzata Lavoro di squadra	Sfide Margine decisionale Sostegno sociale
Disponibilità continua Nuova monotonia Isolamento	Tecnologia dell'informazione Internet, telefonia mobile Call Centers Videolavoro	Interconnessione Accesso al know-how Flessibilità
Carico emotivo	Orientamento al cliente	Competenza sociale
Precariato Lavoro insicuro	Contratti di lavoro Lavoro interinale	Flessibilità Carriera orizzontale
Lavoro su chiamata Lavoro poco qualificato	Orario di lavoro part-time orario lavorativo annuo	Autonomia Work-Life-Balance

* cfr. anche European Agency for Safety and Health at work: research on changing world of work, Bilbao 2002





Potenziale economico della PSA

Ripercussioni sull'economia nazionale

- studio Seco sullo stress: 4 miliardi/anno
- stime relative alle malattie associate al lavoro in Svizzera: 6-12 miliardi/anno
- sottovalutazione (solo presa in considerazione delle assenze, senza la riduzione della produttività)

Ripercussioni sull'economia aziendale

- assenze
- fluttuazione
- produttività ridotta dei presenti





Promozione della salute in azienda





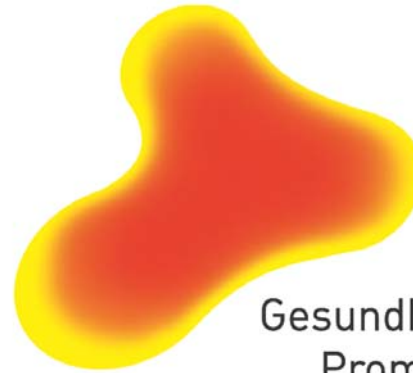
Utilità

- I processi lavorativi sono adeguati alle esigenze dei collaboratori → **umanizzazione del lavoro**
- Il datore di lavoro sul mercato è percepito come "**attraente**" e può mantenere la sua **capacità competitiva**
- Un ambiente di lavoro migliore e una motivazione elevata dei collaboratori aumentano la **produttività**.
- Le assenze per malattia e fluttuazione possono essere ridotte con risultanti **risparmi sui costi**.





PMI-vital è commissionato da:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Gruppo target:

PMI in Svizzera (50 – 250 collaboratori)

Durata:

2001-2004

Budget:

CHF 2.2 milioni

Co-direzione del programma:



Universität Zürich

Institut für Sozial- und Präventivmedizin

Institut für Arbeitsmedizin **ifa**





PMI pilota

Alcan Packaging Rorschach AG
Wellness- & Spa-Hotel Ermitage Golf
Gruppo Fontina Rössler
GHH (Swatch Group)
Imbodehuus
Kontakt Systeme
Max Schweizer AG
Morandi Frères SA
Stollenwerkstatt
Transports publics régionaux
(Nyon-Ouest vaudois)
Adaxys SA
Sintetica SA

Lavorazione di alluminio
Società alberghiera
Articoli in ceramica
Industria orologiera
Struttura sociopedagogica
Elettronica + telematica
Impresa di pittura
Produzione di tegole
Istituzione sociale
Trasporti pubblici

Elettronica
Industria farmaceutica





Testimonianze delle PMI pilota

Perché applicate il programma PMI-*vital*, ovvero perché investite nella PSA?

- "Il benessere, la morale del lavoro e la motivazione dei collaboratori sono elementi centrali, proprio in momenti congiunturali difficili."
- "Scoprire nuovi aspetti in linea con la visione aziendale: le colonne portanti sono i clienti, i collaboratori e la Direzione. I moduli PSA si lasciano integrare perfettamente nella struttura modulare interna dell'azienda."
- "Dopo la fusione è necessario ridurre le assenze e aumentare la produttività, grazie ad un ambiente di lavoro migliore e una maggior motivazione."
- "Eravamo confrontati con alti tassi di assenze dovute a malattia."





La PSA: proprio in momenti di cambiamento



Fonte: Rüegg-Stürm, J. (2003). Das neue St.Galler Managementmodell. Berna: Paul Haupt.





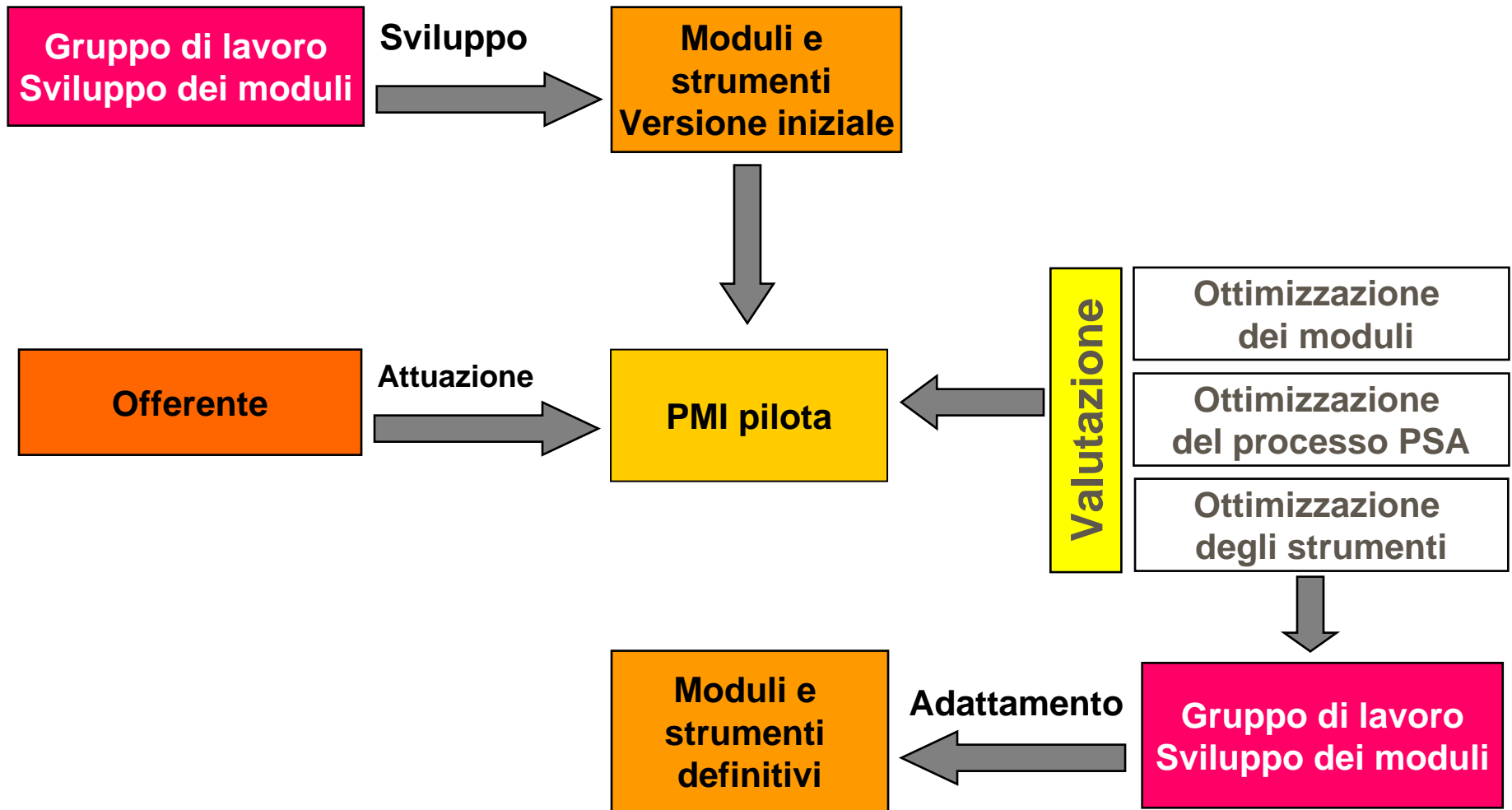
Moduli

Materiale d'informazione Flyer Opuscolo Lucidi		
Guida pratica al programma		
Modulo di sensibilizzazione Riunione di sensibilizzazione		
Moduli di analisi Sondaggio fra i quadri Sondaggio fra i collaboratori Circoli della salute		
Moduli di applicazione		
<i>Sviluppo organizzativo</i>	<i>Sviluppo del personale</i>	<i>Igiene di vita</i>
Organizzazione del lavoro	Lavoro di team	Benessere (wellness)
Aspetti ergonomici	PSA in quanto compito dirigenziale	Gestione dello stress





Moduli: testati e ritestati





Concetto sviluppato da:

Svizzera tedesca

Radix Promozione della salute

SuvaPro

Istituto di medicina sociale e preventiva Zurigo

IfA Istituto per la medicina del lavoro

Svizzera romanda

Institut Santé de Travail (IST)

ralphthomas



Ticino

Wellness & Management





Moltiplicatori

- **Promozione Salute Svizzera**
- **Rappresentazione dei datori di lavoro** (Associazione svizzera arti e mestieri, Unione padronale svizzera)
- **Rappresentazione dei lavoratori** (Unione sindacale svizzera, Impiegati affiliati alla Federazione svizzera degli impiegati VSAM)
- **Settore Risorse Umane** (HR-Suisse)
- **Sicurezza sul lavoro** (CFSL, Suva)
- **Quality Management** (SQS)
- **Casse malati** (Helsana), **Casse pensioni** (Vagis Vorsorge)
- **Organismi specializzati** (SSPSE Ufficio di contatto nazionale della Svizzera nella rete europea per la PSA)
- **Media ecc.**





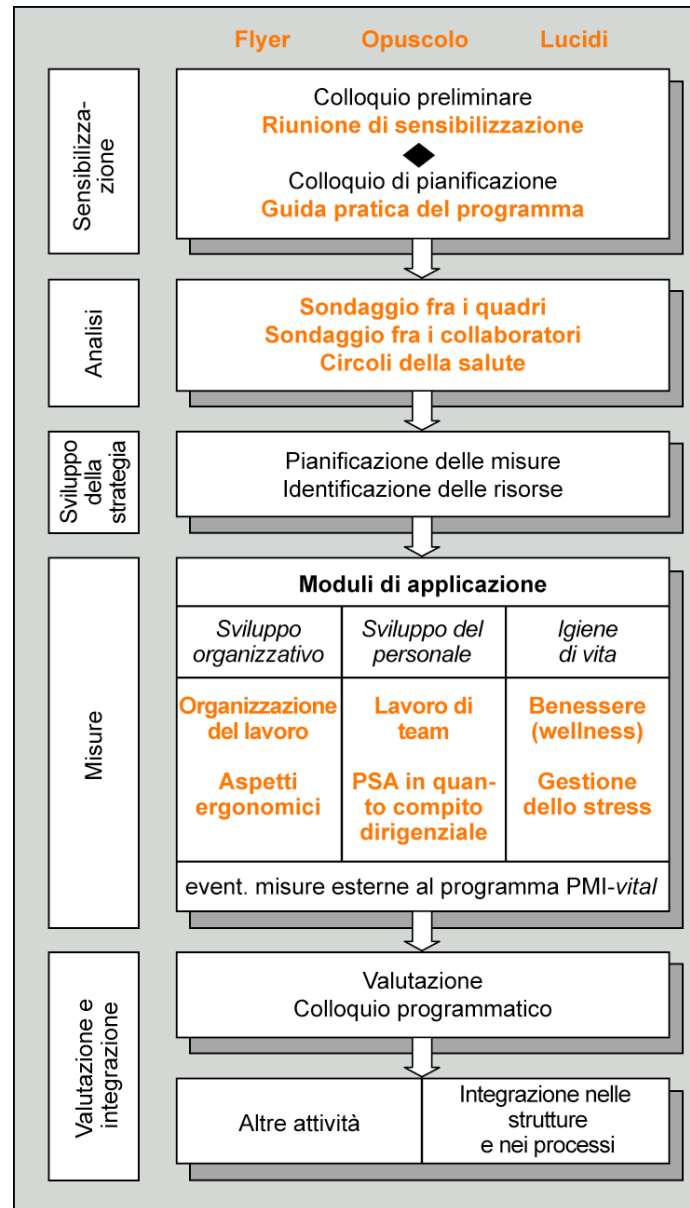
Perfezionamento «Corso di introduzione al programma PMI-*vital*»

- Contenuti:
 - Basi e requisiti della PSA
 - PMI-*vital* in concreto
 - Attuare le misure
- 1 giorno
- Conduzione del corso:
Offerenti di PMI-*vital* della fase pilota





Svolgimento





Colloquio preliminare: definizione del mandato

- Qual è la motivazione della PMI per la promozione della salute in azienda?
- Quali interessi persegue la PMI?
- Quali sono le strutture già esistenti?
- Quali sono le aspettative della PMI dal punto di vista della Direzione e dal punto di vista dei collaboratori?
- In base a quali elementi la PMI valuta l'effetto positivo delle misure (supplementari) di PSA per l'azienda?



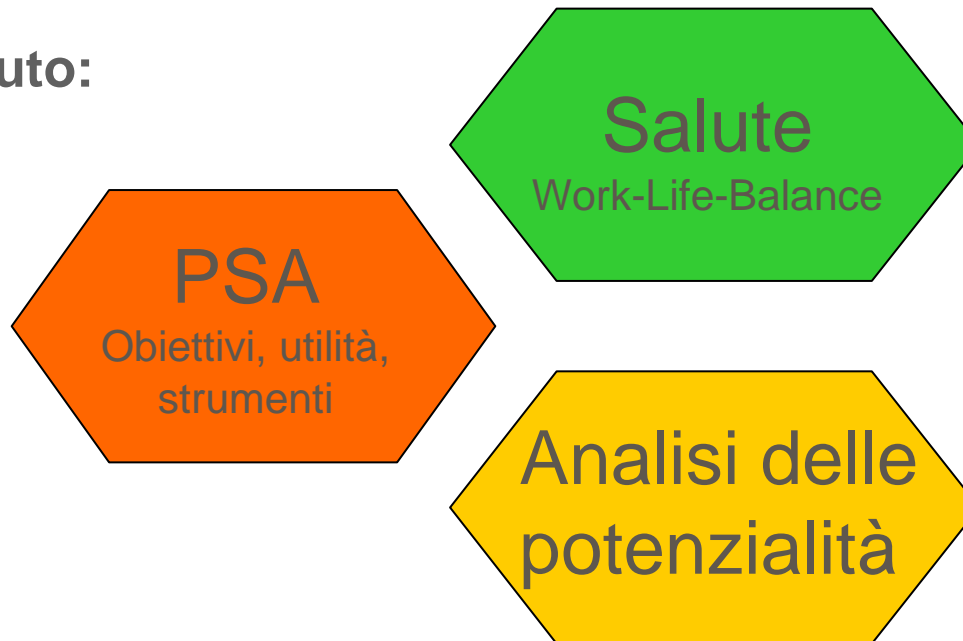


Modulo «**Riunione di sensibilizzazione**»

Gruppo target: Direzione (allargata), servizio del personale

Durata: ½ giornata

Contenuto:





Modulo «Sondaggio fra i collaboratori»

10 dimensioni

- sollecitazione fisica e contesto lavorativo
- mansione e requisiti
- tempo lavorativo e tempo libero
- prestazioni aziendali
- politica d'informazione e coinvolgimento dei collaboratori
- gradimento dello stile di conduzione
- ambiente di lavoro
- io e l'azienda
- disturbi fisici
- stato emotivo/stato d'animo





Modulo «Sondaggio fra i quadri»

1a. parte: gestione del personale sensibile alla promozione della salute

- conduzione del personale
- sviluppo del personale
- piani di servizio del personale e organizzazione del lavoro
- gestione dell'orario di lavoro/ work-life-balance

2a. parte: promozione della salute in azienda (PSA)

- requisiti
- misure
- obiettivi

3a. parte: analisi della situazione attuale

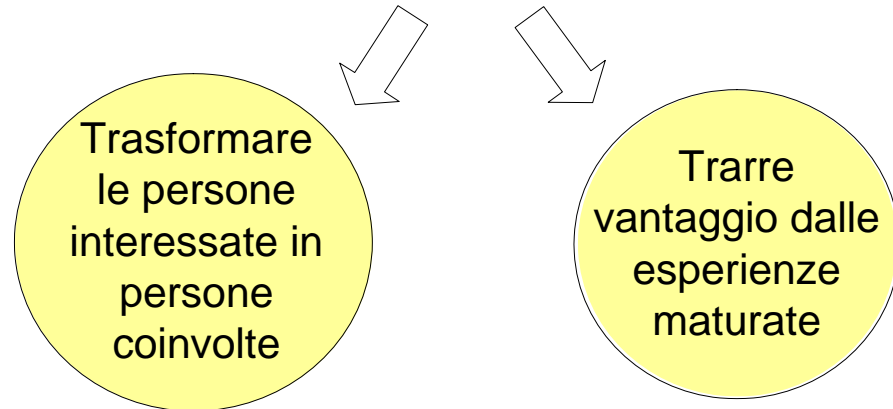
- requisiti e sollecitazioni al posto di lavoro
- classificazione in relazione ai pericoli
- sviluppo e cambiamenti a livello di organizzazione
- cifre chiave /struttura dell'effettivo





Modulo «Circolo della salute»

Più responsabilità individuale grazie alla partecipazione



- Dibattiti di durata limitata (5 x 2 h), incentrati sulle cause e le origini dei disturbi causati dal lavoro e sulle risorse e le opportunità di rimedio.
- Elaborazione di proposte risolutive sulla scorta delle esperienze dei partecipanti.
- Elenco di misure quale base di discussione fra Direzione e collaboratori

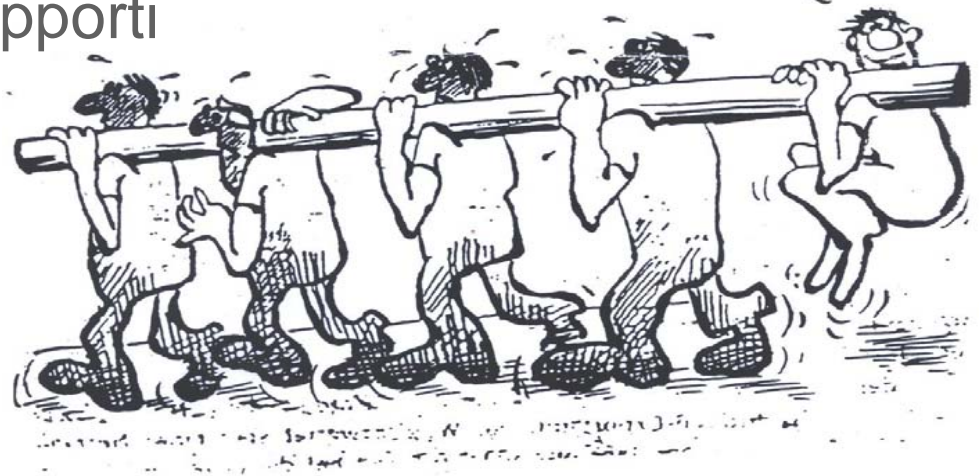




Modulo «Lavoro di team»

- Quali sono i nostri punti forti, quali i nostri punti deboli?
- Come utilizziamo le nostre svariate capacità?
- Come comunichiamo nel team?
 - Come esprimiamo le nostre critiche?
 - Come ci sosteniamo a vicenda?
- Come sono i nostri rapporti con gli altri team?

**Il lavoro di squadra
è proprio quello che fa
per me!**





Modulo «PSA in quanto compito dirigenziale»

- creazione attiva di un buon ambiente di lavoro
- influenza sulla motivazione e la performance dei collaboratori
- maggior sicurezza nel contatto con i collaboratori
- riduzione delle assenze dovute a malattia e infortunio

Gruppo target: personale di inquadramento di ogni livello gerarchico

Durata: 1 giorno e mezzo ad intervalli

Metodo: workshop: case study, esercizi





Modulo «Gestione dello stress»

Gruppo target: Tutti i collaboratori e i quadri interessati

Struttura del corso	Contenuto	Durata
1 ^a parte	Processo di stress <ul style="list-style-type: none">• Definizione dello stress• Fattori di stress• Reazioni da stress e sintomi somatici• Strategie individuali di gestione dello stress• Risorse	4 ore
2 ^a parte	Approfondire le strategie di controllo e gestione dello stress, in particolare il sostegno sociale e la tecnica respiratoria	2 ore
3 ^a parte	Approfondire le strategie di controllo e gestione dello stress, in particolare il time management e il rilassamento attivo	2 ore





Modulo «Benessere (wellness)»

Offerte	<i>Erogatori esterni</i>	<ul style="list-style-type: none">•Allez Hop! (www.allezhop.ch)•GI Bicicletta Svizzera, promuovere la bici in azienda (www.igvelo.ch)•5 al giorno (www.5amtag.ch)•action d (www.actiond.ch)
	<i>Autoapplicazione</i>	<ul style="list-style-type: none">•Esempi di azioni individuali•Lista di attuazione
Auto-test	www.feelyourpower.ch ("in forma?")	
Appunti	<i>Movimento</i>	<ul style="list-style-type: none">•Mettete il vostro corpo in movimento (promemoria 1)• Dati di fatto sugli esercizi di muscolazione (promemoria 2), fra cui, programma di base muscolazione (promemoria 3) e esercizi con banda elastica Thera (promemoria 4)•Informazioni sulla mobilità corporale (promemoria 5), fra cui programma di stretching (promemoria 6) (www.active-online.ch)
	<i>Rilassamento</i>	<ul style="list-style-type: none">•12 suggerimenti per il rilassamento (promemoria 7)
	<i>Alimentazione</i>	<ul style="list-style-type: none">•Ottimizzate la vostra alimentazione (promemoria 8)
	<i>Peso</i>	<ul style="list-style-type: none">•Mantenete il vostro peso (promemoria 9)•Calcolo del BMI (promemoria 10) www.actiond.ch/htdocs/it/bodymassindex.html•Riducete il vostro sovrappeso (promemoria 11)





Modulo «Organizzazione del lavoro»

L'obiettivo del modulo è di fornire una linea guida per l'attuazione dei processi di trasformazione e di ristrutturazione imminenti, in conformità ai criteri promotori della salute.

Possibili argomenti:

- posto di lavoro e strumenti di lavoro
- esecuzione delle mansioni (attraverso job rotation, job enrichment ecc.)
- forme di organizzazione del lavoro (p.es. gruppo di lavoro semi-autonomi)
- orario di lavoro (lavoro a turni, modelli di lavoro flessibile)





Modulo «Aspetti ergonomici»

Fonte esaustiva ricca di suggerimenti e link agli aspetti più importanti dell'ergonomia

Argomenti possibili:

- predisposizione del posto di lavoro
- organizzazione e contenuti del lavoro
- predisposizione dell'ambiente di lavoro
- strumenti per migliorare le condizioni di lavoro





Prevenzione dello stress e del burnout

- Intervento a livello individuale E aziendale
- Livello individuale: Modulo di gestione dello stress
 - Buona introduzione all'argomento, dimostra come si può gestire e superare lo stress
- Livello aziendale: combinazione di diversi moduli di *PMI-vital*, p.es.
 - Gestione dello stress, Circolo della salute, PSA in quanto compito dirigenziale, Organizzazione del lavoro, Lavoro di team
- Progetto SWiNG
 - Attuazione di *PMI-vital* con focus sulla prevenzione dello stress in 10 aziende pilota e valutazione di efficacia e economicità delle misure (risultati previsti per il 2010)



Punti centrali

Alla voce di menù „Punti centrali“ nel programma PMI-*vital* trovate preziose informazioni di approfondimento e indicazioni bibliografiche, nonché alcuni link ai seguenti argomenti:

- **Stress / burnout**
- **Lavoro e famiglia**
- **Lavoro e vecchiaia**
- **Collaboratori e collaboratrici con sfondo migratorio**
- **Molestie sessuali sul posto di lavoro**
- **Mobbing**
- **Gender**
- **Prevenzione delle dipendenze**





Panoramica prodotti

- sito internet PMI-*vital*
- 10 moduli
- materiale informativo (opuscoli, flyer, presentazione power-point)
- guida pratica al programma
- punti centrali
- articoli di stampa
- ritratti PMI
- indirizzi degli offerenti, delle istituzioni ecc.

www.kmu-vital.ch

www.pme-vital.ch

www.pmi-vital.ch

