

# DOVE LAVORARE FA RIMA CON BENESSERE

Migliorare lo stato di salute dei loro dipendenti e ridurre lo stress da ufficio. Una sfida che molte aziende hanno raccolto. Come ti raccontiamo qui

di **Adriano Lovera**



## 300

milioni, le persone nel mondo colpite da depressione e disturbi da stress.

**G**li incidenti sul lavoro diminuiscono. Ma il connubio ottimale tra benessere e occupazione è ancora difficile da raggiungere. Se guardiamo ai numeri dell'Inail, a inizio anni Sessanta si contavano oltre 3.000 morti bianche e 1,3 milioni di infortuni nella sola industria. Oggi, nei primi 9 mesi del 2017, siamo a 471.518 infortuni e 769 vittime considerando tutti i settori. Un altro mondo, quindi. «Eppure c'è poco da rilassarsi. Da qualche anno il trend è stabile, invece che diminuire costantemente. E c'è un malessere crescente, dettato da condizioni e ritmi, che colpisce milioni di persone», spiega Rocco Vitale, presidente di Aifos (Associazione italiana formatori e operatori della sicurezza sul lavoro).

### TRA PALESTRE E ORARI FLESSIBILI

Un dato fa riflettere. «Solo il 20% degli infortuni sul lavoro deriva da malfunzionamenti tecnici, come una macchina che va in cortocircuito o un cavo che si spezza in cantiere. Per il

resto, la causa risiede in un errore della vittima. E non perché sia distratta. Il problema può risiedere nella formazione, svolta tanto per sbrigare la pratica, o nello stress o in ritmi di lavoro al limite», spiega l'esperto. E che dire degli oltre 300 morti l'anno che l'Inail definisce "in itinere", cioè le vittime di incidenti stradali nel tragitto casa-lavoro? «Molti vanno incontro a una disgrazia perché sono in ritardo, temono un provvedimento disciplinare e affrontano il traffico agitati, dopo aver mollato di corsa i bambini a scuola». E sono sempre più frequenti i fenomeni che non finiscono nelle statistiche Inail, ma si ripercuotono sulla vita di tutti i giorni. «Un impiegato stressato sarà deleterio per la propria famiglia, ma anche meno produttivo per l'impresa, che quindi ci rimette». Insomma, la vera sfida di oggi è migliorare il benessere in senso lato dei dipendenti. Non a caso, secondo una recente ricerca di Od&m Consulting (Gi Group), tra →

### NON SOLO OPEN

Nei nuovi uffici della Zurich a Milano, spazi chiusi per telefonare senza disturbare (ed essere disturbati) e spazi aperti più confortevoli.



### Spazi comuni in versione wellness

Il gruppo assicurativo Zurich ha da poco inaugurato la nuova sede centrale, a Milano, improntata al "dynamic working", cioè una pianificazione degli spazi pensata per aumentare benessere e produttività. Ci sono spazi chiusi adibiti alle telefonate, per non disturbare e non essere disturbati. In ogni piano un'area cucina (con forno a microonde, frigo e lavabo), zone aperte per riunioni informali, open space con sedute e scrivanie regolabili, luci antiriflesso e pannelli fonoassorbenti. Inoltre, per rendere l'ambiente il più gradevole possibile, ogni piano ha corridoi decorati con raffigurazioni che riprendono i simboli di Milano, come moda, design, skyline.



### Formazione pratica sulla sicurezza in cantiere

Alla Fincantieri, colosso navale con circa 7700 dipendenti in Italia, dal 2010 al 2016 hanno ridotto del 72% gli infortuni, scesi da 771 a 216, grazie al programma "Sicurezza attiva". In un anno, i 6.300 addetti coinvolti direttamente nel lavoro in cantiere hanno seguito in media 10 ore di formazione tutte sul campo, non in aula. Oltre a questo, una volta al mese si svolge una riunione tra lavoratori e capi squadra relativa ai potenziali rischi del cantiere. E il gruppo si fa carico della formazione anche per gli "esterni", cioè gli operai delle ditte appaltatrici impegnate in cantiere.



### Il progetto "Diagnosi precoce" contro i tumori

Eni, colosso dell'energia con oltre 20.000 dipendenti in Italia, investe ogni anno ingenti risorse in campagne di prevenzione per i suoi dipendenti. Con il progetto "Diagnosi precoce" offre visite di prevenzione oncologica, insieme alla Lega italiana per la lotta ai tumori, che coinvolgono ogni anno 2800 persone. Con l'iniziativa "Preveni con Eni", invece, dà diritto a una sorta di check up biennale, comprendente screening oncologico ed esami ematochimici, che finora ha raccolto circa 1700 adesioni ed è in graduale estensione a tutte le sedi sul territorio nazionale.



### Cibo sano e guida sicura

Cosa può fare una multinazionale degli alimentari come Nestlé? Insegnare a mangiare bene. La società, che in Italia ha 5000 dipendenti sparsi in 11 sedi, offre a tutti un corso di formazione on line di 2 ore sui principi base della nutrizione. Inoltre, garantisce a dipendenti e famigliari vaccinazioni influenzali e assicura a tutti i possessori di auto aziendali un corso di guida sicura. Almeno 500 lavoratori della sede centrale di Assago (Mi) frequentano una palestra convenzionata, con la visita medica annuale pagata. Mentre alla Perugina di San Sisto (Pg) ogni anno si organizza la settimana della sicurezza che coinvolge le famiglie, minori compresi.

→ le aziende attive nel welfare aziendale, ormai il 61% afferma di curare il "benessere relazionale" al di là della salubrità dell'ambiente e dell'ergonomia delle postazioni. Si moltiplicano le palestre aziendali o gli spazi adibiti a cucina comune, che permettono di prendersi cura del corpo e dell'alimentazione e favoriscono la socialità. Si inizia a concedere un orario flessibile: puoi timbrare il cartellino mezz'ora in ritardo, la recuperi a fine giornata. E si organizzano corsi all'apparenza non strettamente legati alla mansione aziendale: «Quanto può rivelarsi utile un corso sul sonno corretto per un autotrasportatore che sta ore sul camion?», domanda Rocco Vitale. In queste pagine trovi alcuni esempi virtuosi.

### È ANCHE UNA QUESTIONE DI ETÀ

Un tema strettamente legato alla salute al lavoro è la percentuale sempre più alta dei lavoratori senior. Nel 2004 in Italia si contavano 4,5 milioni di addetti tra 50 e 64 anni, oggi siamo già a 7,5 milioni. «La "stagione anziana" solo in certi casi permette di stare al passo con l'occupazione», ammette l'esperto. «Se insegni all'università, a 70 anni è un toccasana frequentare i ragazzi. Ma a quell'età fare il benzinaio e aprire ogni giorno alle 6 di mattina è improponibile». Il Governo si sta mostrando sensibile al tema. Dal 2019 l'età della pensione salirà a 67 anni, ma dovrebbero restare esclusi 11 mestieri particolarmente gravosi (tra cui camionisti, muratori, ma anche badanti di persone non autosufficienti). Alcuni esempi dall'estero, però, insegnano a

guardare ancora più in là. Infatti non conta tanto l'età cui ritirarsi: è essenziale scivolare con consapevolezza verso una nuova fase della vita. «In alcuni Paesi, come Francia, Germania, Spagna o Svezia, dai 61 o dai 63 anni si accede quasi automaticamente al part time, oppure si gode di orari ad hoc, come l'ingresso posticipato di un'ora; o, ancora, si ha diritto a più settimane di ferie. Ma specialmente nei Paesi del Nord Europa questa riduzione del carico di lavoro è accompagnata da corsi e attività extra, che spingono le persone a riflettere sugli anni a venire e a trovare interessi e passioni utili per organizzare il tempo libero da pensionati. Perché è dimostrato che l'interruzione brusca del lavoro, senza essersi preparati, produce veri e propri shock psicologici».