

News - 20/02/2020

## RIMANDATO - WELFARE CAFE'. "10.000 passi verso la salute e il benessere in azienda"

Il workshop dedicato all'importanza dell'attività motoria ospitato nell'azienda biellese Drago spa



Il rinvio dell'incontro a data da destinarsi è stato deciso come misura cautelativa per evitare le possibilità di diffusione del Covid-19, il cosiddetto "Coronavirus".

Sarà dedicato alla prevenzione e tutela della salute nelle aziende, con focus sui vantaggi e i benefici che derivano da una costante attività motoria, il workshop **"10.000 passi verso la salute e il benessere in azienda"**, in programma giovedì 5 marzo alle ore 18.

Ad ospitare l'incontro, organizzato da Il Quinto Ampliamento nell'ambito del progetto **Welfare Café**, è l'azienda biellese **Drago spa** che, con la realizzazione di una palestra interna, è un esempio eccellente dei benefici che il welfare applicato alla realtà aziendale può portare al benessere delle persone e all'organizzazione in generale.

### Programma

Il quadro della normativa regionale in materia di prevenzione e tutela della salute nelle aziende, come progettare gli interventi, esempi di progetti di percorsi di salute aziendale.

*Dott. Dino Barbera, Dirigente Professioni Sanitarie, ASLBI*

Attività posturali da svolgere in ufficio

*Simone Roveri, Allenatore e Personal Trainer FIPE*

Mindfulness e meditazione per la riduzione dello stress

*Silvia De Pasquale, insegnante di yoga*

Aperitivo finale

Per ottimizzare l'esperienza, è prevista la partecipazione di un massimo di 20 persone. **Le iscrizioni vanno inviate entro il 26 febbraio 2020** compilando il format presente sul sito [www.welfare.cafe](http://www.welfare.cafe), che rappresenta il punto di riferimento per tutte le informazioni e gli aggiornamenti.

---

Sito di provenienza: Unione Industriale Biellese - <https://www.ui.biella.it>