

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, che rappresenta il punto di riferimento per tutte le informazioni e gli aggiornamenti.

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