

Visana tra i blogger

VI PIACE IL NUOVO **BLOG** DI VISANA?

Se recentemente avete navigato sul sito di Visana, avrete forse notato nella navigazione principale, in alto, un nuovo menu. Si tratta del «Blog», attivo da inizio anno. Il blog di Visana offre importanti informazioni sui temi quali la salute, l'alimentazione, il movimento e Inside.

Da gennaio, sul sito www.visana.ch/blog trovate il nostro nuovo blog. Un blog è una specie di diario online dove diversi autori, detti blogger, scrivono regolarmente articoli nelle quattro rubriche dedicate alla salute, all'alimentazione, al movimento e a Inside. Di particolare interesse per voi potrebbero essere gli articoli su temi riguardanti le assicurazioni e le novità di Visana, che potete trovare sotto «Inside».

Salute – chiaramente anche un argomento aziendale

Naturalmente vale la pena leggere anche gli articoli presenti nelle altre rubriche (Salute, Alimentazione e Movimento), dove si toccano temi che riguardano tutti. È dimostrato che i collaboratori, e chiaramente anche i datori di lavoro, che curano uno stile di vita sano e attivo sono meno malati e causano meno costi per le assenze alle aziende. Parole chiave: Gestione aziendale della salute (GAS).

La prossima volta che ne avrete la possibilità vi invitiamo a dare un'occhiata al blog di Visana. Lasciatevi ispirare su come potete rendere ancora più sana e ricca di movimento la vostra quotidianità anche lavorativa e fate il pieno di nuove idee. Se ciò che leggete vi piace, potrete mettere un «Mi piace» all'articolo preferito.

www.visana.ch/blog

Georges Althaus

Responsabile progetto Clienti aziendali



Georges Althaus: blogger per il settore Clienti aziendali

VINCETE UN «POWERCUBE»



Chi viaggia molto ha spesso vari dispositivi elettrici con sé: cellulare, portatile, iPod, tablet. Il «PowerCube» con quattro prese e due uscite USB è l'oggetto giusto per usare insieme tutti i dispositivi oppure per ricaricarli. Il cubo multipresa è molto utile e pratico anche a casa o sul lavoro. Partecipate all'estrazione e vincete uno dei tre «PowerCube» in palio. Rispondete alla seguente domanda:

Chi guiderà la «Giornata Stop Risk dedicata alla corsa» del 2018?

Viktor Röthlin, Tadesse Abraham oppure Anita Weyermann?



Potete partecipare all'estrazione sul sito www.visana.ch/estrazione. Scannerizzate il codice QR per accedere direttamente al modulo di concorso. Termine di partecipazione: 20 marzo 2018.



Ritratto dei clienti

Fondazione per la protezione del clima e la compensazione di CO₂ KLIK

Gestione aziendale della salute (GAS)

Interazione tra GAS e Case Management

Prevenzione degli infortuni

«Giornata Stop Risk dedicata alla corsa» con Viktor Röthlin

Visana business News

Rivista per i clienti aziendali 1/2018

visana
Tutt'intorno a voi.



SOMMARIO

Un miliardo per la protezione del clima 3



GAS: dal riconoscimento tempestivo al reintegro 6



Luci puntate su un collaboratore Visana 8



Seminari GAS: con metodo verso il successo 10



Gratuitamente alla giornata «Stop Risk dedicata alla corsa» 11



Nuovo blog di Visana Concorso 12

EDITORIALE

CARE LETTRICI, CARI LETTORI,

abbiamo iniziato il nuovo anno pieni di energia e nuove idee. Ci mancano ancora i numeri precisi per la chiusura del 2017, ma molti fattori ci fanno capire che nel settore Clienti privati e Clienti aziendali Visana è in linea con gli obiettivi prefissati e che può guardare al futuro con fiducia.

Se sfogliate la nostra rivista dedicata ai clienti aziendali «Visana business News» noterete che abbiamo aggiunto un'estraneità. Se viaggiate molto e potreste aver bisogno di un pratico «PowerCube», leggete con attenzione le pagine seguenti e saprete di sicuro rispondere con facilità alla domanda per vincere il premio.

Sempre più importanza rivestono i temi legati alla Gestione aziendale della salute (GAS), sicuramente non solo per noi, ma anche nella vostra azienda. La salute dei collaboratori è diventato quasi ovunque un argomento dirigenziale fondamentale. Grazie alla nostra ampia offerta di seminari GAS sosteniamo tutti coloro che intendono acquisire conoscenze in questo ambito e approfondire i temi legati alla salute sul posto di lavoro. I nuovi seminari sulla resilienza meritano di essere raccomandati. Per maggiori dettagli consultate pagina 10.

Le nostre giornate «Stop Risk», eventi sportivi dedicati alla prevenzione, sono ormai dei classici. Per la seconda volta vi presentiamo la «Giornata Stop Risk dedicata alla corsa» in collaborazione con il maratoneta campione europeo Viktor Röthlin. Alla pagina 11 trovate maggiori informazioni su come ottenere una partecipazione gratuita a Nottwil per voi e i vostri collaboratori.

Spero di poter fare numerosi nuovi incontri e vi auguro un 2018 all'insegna del successo e senza infortuni.

P. Bühlmann

Patrizio Bühlmann
Membro della Direzione, responsabile settore Clienti aziendali



Nota editoriale

«Visana business News» è una pubblicazione di Visana Services SA rivolta ai suoi clienti aziendali. • Redazione: Stephan Fischer, Karin Roggli • Indirizzo: Visana business News, Weltpoststrasse 19, 3000 Berna 15 • Fax: 031 357 96 22 • E-mail: business@visana.ch • Grafica: Natalie Fomasi, Elgg • Frontespizio: Mauro Mellone • Stampa: Appenzeller Druckerei • Internet: www.visana.ch/clienti_aziendali www.facebook.com/Visana2



Fondazione per la protezione del clima e la compensazione di CO₂ KliK

UN MILIARDO PER LA PROTEZIONE DEL CLIMA

Per ogni litro di benzina o diesel venduto in Svizzera vengono devoluti da uno a due centesimi a progetti per la protezione del clima. Grazie a questo importo, tra il 2013 e il 2020 la Fondazione per la protezione del clima e a compensazione di CO₂ KliK compensa circa 6,5 milioni di tonnellate di anidride carbonica su incarico degli importatori di carburante. In questo modo mette in atto l'ambiziosa direttiva della legge sul CO₂.

Rimborso delle tasse sull'ambiente tramite l'assicurazione di base

Nel 2018 tutti gli assicurati riceveranno un accredito di 88.80 franchi tramite la loro assicurazione di base della cassa malati. I soldi provengono da due tasse: dalla tassa sul CO₂ sui combustibili fossili (olio combustibile, gas naturale) e sulla tassa sui COV (COV: composti organici volatili). La tassa sul CO₂ aumenta il prezzo del consumo di combustibili fossili ed è volta a incentivare il loro impiego parsimonioso e a utilizzare sempre più vettori energetici neutrali.

www.bafu.admin.ch/tassa-co2

Entro il 2020 le emissioni di gas serra (anidride carbonica, gas esilarante, metano, ecc.) in Svizzera devono essere ridotte del 20 per cento rispetto al 1990. Questo è ciò che prevede la legge sul CO₂. Al momento è però incerto se la Confederazione riuscirà ad adempiere a pieno questa direttiva molto rigorosa. Non dipende dal settore petrolifero, questo è sulla buona strada per raggiungere gli obiettivi.

La più grande sfida è ancora alle porte

«Al momento sembra che saremo in grado di raggiungere il nostro obiettivo», afferma Marco Berg, direttore della Fondazione per la protezione del clima e la compensazione di CO₂ KliK. «Tuttavia, per noi il 2020 sarà l'anno delle grandi sfide. Dato



«Oggi sembra che saremo in grado di raggiungere il nostro obiettivo. Tuttavia, il 2020 per noi sarà l'anno delle grandi sfide», affermano Marco Berg (direttore, a sinistra) e Mischa Classen (responsabile Metodi).



Fondazione per la protezione del clima e la compensazione di CO₂, KliK

La Fondazione KliK è stata fondata dall'Unione petrolifera e dal 2013 è la comunità di compensazione di 44 società petrolifere. Per queste la fondazione è tenuta a compensare 6,5 milioni di tonnellate di CO₂, tra il 2013 e il 2020 ai sensi della legge sul CO₂. In media, ciò corrisponde circa al cinque per cento delle emissioni di CO₂ prodotte utilizzando benzina e diesel. Per questo impegno la fondazione ha a disposizione fino a un miliardo di franchi (circa da uno a due centesimi per litro di carburante). I programmi e progetti per la protezione del clima finanziati e attuati da KliK vengono esaminati dall'Ufficio federale per l'ambiente in merito alla loro efficacia e poi autorizzati. Nella sede di Zurigo, KliK occupa sette persone con una percentuale di impiego del 525%. Quasi ancora più famosa è l'organizzazione precedente: la Fondazione Centesimo per il Clima. www.klik.ch, www.klimarappen.ch

klik Fondazione per la protezione del clima e la compensazione di CO₂ KLIK

che la quantità di anidride carbonica da compensare aumenta di anno in anno, nel 2020 subentrerà la parte maggiore.» Inoltre, si dovrebbe adempiere l'obiettivo per l'anno 2020 esclusivamente tramite le riduzioni di emissioni che saranno prodotte proprio in quell'anno. Fino al 2019 è possibile recuperare in anticipo una parte della compensazione di CO₂ degli anni precedenti, spiega il direttore di KliK.

KliK deve compensare 6,5 milioni di tonnellate di CO₂ su incarico degli importatori di carburante. La fondazione ha a disposizione oltre 100 milioni di franchi all'anno per progetti per la protezione del clima. Dal 2013 al 2020 Marco Berg e i suoi collaboratori avranno investito complessivamente circa un miliardo di franchi nella compensazione di CO₂. «Inoltre, ogni franco da noi investito suscita un investimento complessivo dieci volte maggiore nel settore del clima», dice Mischa Classen, responsabile Metodi presso KLIK.

Aperti per diverse partnership

La Fondazione KliK sostiene oltre 100 misure di compensazione nei settori del trasporto, delle aziende, degli stabili e dell'agricoltura. «Sussistono regole ben definite su come si debbano realizzare le misure e calcolare le riduzioni di CO₂. In linea di massima, ogni azienda o istituzione può far registrare il suo progetto presso la Confederazione e avviare una collaborazione con noi», spiega Mischa Classen.

Il termostato elettronico per radiatori «eco Home» dell'azienda Danfoss (www.danfoss.ch) ne è un buon esempio. L'apparecchio permette un riscaldamento ottimale grazie a una riduzione automatica della temperatura durante la notte e, se necessario,

anche durante la settimana. Circa il 95 per cento di tutti i radiatori esistenti possono essere allestiti con questo termostato in un secondo momento con poco dispendio di tempo (in un minuto senza l'aiuto di un installatore). Di conseguenza, il consumo energetico diminuisce fino a un quinto. Grazie a KliK, il termostato per radiatori può essere venduto sul mercato per 35 franchi, ovvero a quasi un terzo in meno del prezzo originale.

Riscaldamento a pellet e biocarburanti

Esistono anche progetti lanciati direttamente da KliK. Con il programma «Riscaldamenti mobili» la fondazione promuove i riscaldamenti a pellet invece che a olio. Questi cosiddetti riscaldamenti mobili vengono utilizzati, ad esempio, nelle tende da festa, su grandi cantieri oppure per asciugare il mangime nell'agricoltura. Dato che vengono utilizzati spesso in luoghi mal isolati, la riduzione di emissioni grazie ai riscaldamenti a pellet è enorme. KLIK sostiene finanziariamente questi apparecchi per renderli concorrenziali in confronto ai riscaldamenti a olio.

Il progetto KliK più importante è la promozione di biocarburanti e della relativa infrastruttura (impianti di miscelamento, magazzini per cisterne). Il bioetanolo e il biodiesel sostituiscono la benzina e l'olio diesel. Marco Berg afferma che così KliK raggiunge la maggiore riduzione di CO₂ in termini di quantità. «I biocarburanti vengono prodotti esclusivamente da rifiuti provenienti dalla Svizzera e in parte dall'estero. In questo modo non vengono disboscate le foreste e non viene messa in concorrenza la produzione alimentare», dichiara Berg. Al momento la percentuale di biocombustibili è pari al 2,5 per cento di tutti i carburanti. Solo grazie all'agevolamento di prezzo il bioetanolo e il biodiesel possono essere distribuiti a prezzi concorrenziali.

Progetto con gas esilarante

Se dovesse scegliere un progetto preferito, Mischa Classen direbbe il trattamento con gas esilarante nell'impianto di depurazione delle acque reflue di Emmen (www.real-luzern.ch). Durante la combustione del fango di depurazione contenente azoto si produce gas esilarante (N₂O). In passato venne usato come anestetico ed è quasi 300 volte più nocivo per l'ambiente in confronto al CO₂. A parte per l'ambiente, il gas esilarante non è nocivo e ciò spiega perché non esiste un valore di emissione massimo definito per legge.

«A Emmen abbiamo trovato un partner molto interessato al progetto. Insieme a partner specializzati nella tecnologia è stato sviluppato un ulteriore impianto finanziato da KliK con circa tre milioni di franchi oltre all'esistente depuratore a gas di combustione. Questo impianto trasforma il gas esilarante in un elemento che non produce un effetto serra», commenta Classen e spera che il successo del progetto pilota possa motivare ulteriori impianti di combustione di fango di depurazione in Svizzera a seguire il loro esempio.

La legge sul CO₂

Dal 2013 è in vigore la Legge federale sulla riduzione delle emissioni di CO₂ (Legge sul CO₂) con la quale la Svizzera vuole ridurre le emissioni di gas serra. Entro il 2020 devono essere ridotte del 20 per cento rispetto al 1990 (attuazione del protocollo di Kyoto del 1997 e del relativo prolungamento). Si tratta di emissioni di CO₂ derivanti dall'utilizzo energetico di agenti energetici fossili (combustibili e carburanti) per contribuire a limitare l'aumento della temperatura globale a meno di due gradi centigradi (obiettivo dichiarato dalla politica internazionale sul clima).

Con la ratifica dell'Accordo di Parigi sul clima dell'ottobre 2017, la Confederazione si è impegnata a ridurre entro il 2030 le emissioni di gas serra persino del 50% rispetto al 1990. Affinché la Svizzera riesca a raggiungere questo obiettivo ambizioso, nei prossimi anni la legge sul CO₂ in vigore sarà sottoposta a revisione e verranno definite nuove misure orientate agli obiettivi. www.admin.ch > Diritto federale > Raccolta sistematica > 641.71 (con la funzione di ricerca).

Più soldi e più lavoro a partire dal 2020

Il lavoro da svolgere e le relative risorse necessarie per la fondazione non finiranno anche dopo il 2020. La legge sul CO₂ sottoposta a revisione continuerà a mantenere in gran parte gli strumenti esistenti. Tuttavia, gli obiettivi saranno ancora più ambiziosi e la tassa sul CO₂ e le sanzioni in caso di mancato obiettivo aumenteranno. «È probabile che parleremo di quattro invece che di un miliardo di franchi che dovremo spendere per le misure per la protezione del clima nel prossimo decennio», pensa il direttore di KliK. «Ma aspettiamo la legge definitiva. Solo così sapremo se dobbiamo assumere altro personale. Ma non metto in conto che dovremo espanderci e cercarci altri spazi. Continueremo a lavorare con un'organizzazione snella.»

Stephan Fischer

Comunicazione aziendale



Speciale GAS: interazione tra Gestione aziendale della salute e Case Management

DAL RICONOSCIMENTO TEMPESTIVO AL REINTEGRO

La Gestione aziendale della salute ottimizza in modo sistematico tutti i fattori rilevanti per la salute in un'azienda. Inoltre, essa organizza i processi aziendali e crea buoni presupposti per la salute dei collaboratori, fornendo così un valido contributo al successo dell'azienda.

Per la buona riuscita di una Gestione aziendale della salute (GAS) è necessaria la collaborazione di tutti i gruppi di persone in seno all'azienda. Il tema della salute deve essere integrato in modo coerente nella gestione aziendale e deve riflettersi ed essere vissuta nella cultura aziendale.

GAS: un concetto globale

La GAS è un concetto completo per la prevenzione e la promozione della salute e tiene conto sia delle condizioni di lavoro, sia del comportamento individuale verso la propria salute. Tutela della salute, promozione aziendale della salute, Case Management e la gestione delle assenze sono parte integrante di una GAS globale.

Promozione aziendale della salute

La promozione aziendale della salute (PAS) comprende tutte le misure che vengono messe in atto dall'azienda e dai collaboratori al fine di migliorare la salute e il benessere sul posto di lavoro. Non basta stimolare e migliorare attivamente il comportamento individuale dei collaboratori verso la propria salute, occorre anche intervenire positivamente su fattori quali l'organizzazione del posto di lavoro, i vari compiti di lavoro da svolgere o gli aspetti psicosociali, ad esempio la collaborazione nel team, il rapporto con i dirigenti e il concreto comportamento dirigenziale o il clima aziendale.

Case Management e gestione delle assenze

La gestione delle assenze è un processo aziendale molto ampio. L'obiettivo: fornire assistenza ottimale ai collaboratori durante e dopo un'assenza. In questo modo il personale dirigente

può individuare tempestivamente i problemi di salute e avviare con maggiore rapidità le misure atte a mantenere più a lungo l'abilità lavorativa per la persona interessata.

Quando un collaboratore si ammala o si infortuna – con il rischio che rimanga assente per un lungo periodo – può essere indicato un Case Management (CM) individuale. Nel Case Management, il Case Manager di Visana svolge una funzione di coordinamento tra il datore di lavoro, il collaboratore ammalato o infortunato e i medici e le assicurazioni interessate (AI, AD, LPP), per sostenere insieme la guarigione del collaboratore e il suo rientro nel posto di lavoro al meglio e con misure appropriate.

Sostenere il reintegro

Nel caso ideale, un Case Management deve garantire un rapido e appropriato reintegro nel processo lavorativo dei collaboratori ammalati e infortunati. Si devono prevenire i disturbi cronici della salute e un'eventuale situazione di invalidità. Oltre a beneficiare di un minor numero di assenze, il datore di lavoro evita anche il rischio di una perdita del know-how e dei costi che potrebbero scaturire per l'assicurazione d'indennità giornaliera e la cassa pensioni a seguito di nuova assunzione e dell'inserimento al lavoro, di una perdita di produzione o dell'aumento dei premi.

Interazione tra GAS e CM di Visana

La nostra offerta di servizi GAS offre a voi clienti le seguenti competenze chiave, che vi aiutano a rendere tangibile l'interazione tra GAS e CM nella vostra azienda:

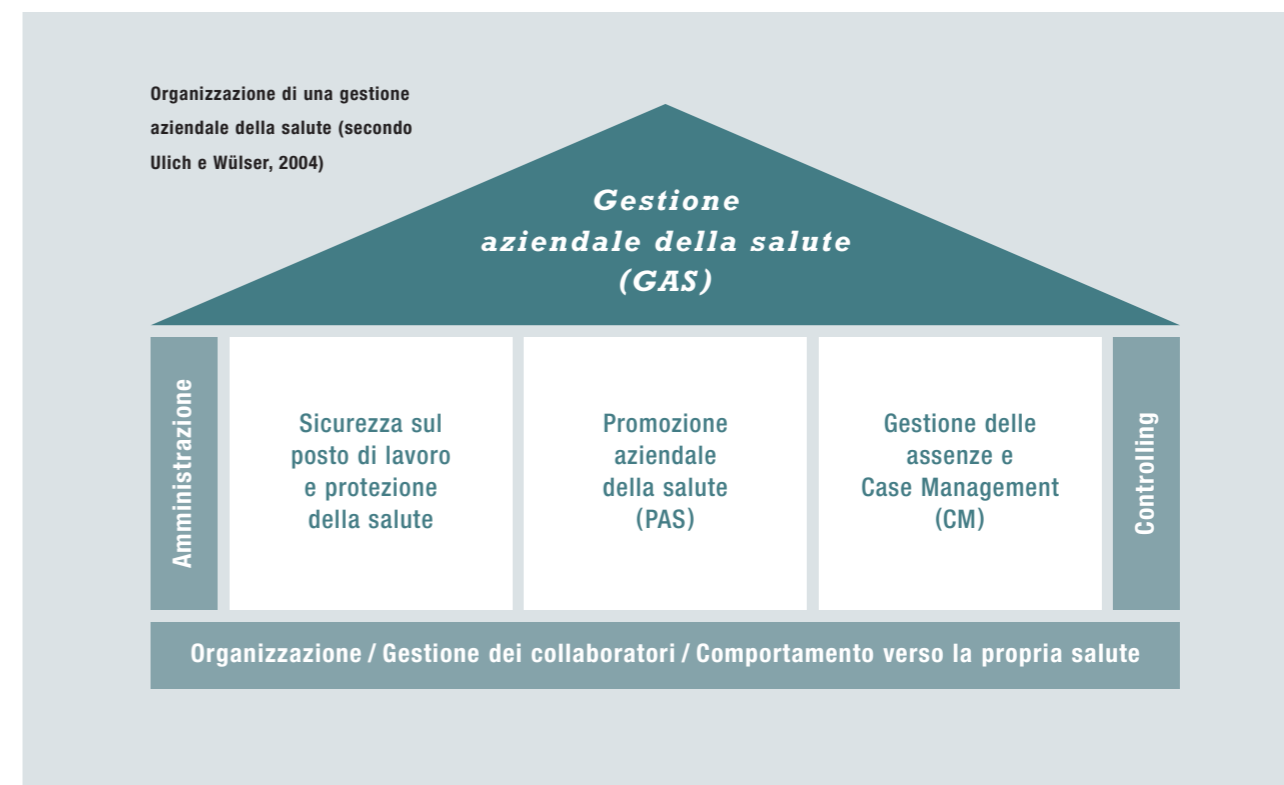
- **Consulenza:** gli specialisti della GAS vi forniscono assistenza personalizzata per l'implementazione di una gestione delle assenze strutturata e sostenibile.
- **Analisi:** nel nostro lavoro possiamo avvalerci di un ampio catalogo di strumenti di analisi. Come è la situazione relativa allo stress o al clima aziendale nella vostra impresa? Possiamo definire insieme a voi lo strumento di analisi adatto per poter risalire alle cause delle assenze.
- **Case Management:** con i nostri specialisti oppure organizzazioni partner.

Nella fase di avvio di una gestione delle assenze sistematica come parte di una GAS di successo nell'azienda, per noi è di particolare importanza garantire l'interfaccia tra voi e il nostro reparto prestazioni, ivi compreso il nostro Case Management. Con un fitto e regolare scambio di informazioni tra i nostri Case Manager e gli specialisti GAS abbiamo l'opportunità di fornirvi un'assistenza completa. Visana vi offre tutte queste prestazioni presso un unico assicuratore.

Maggiori informazioni sulla nostra consolidata offerta di servizi GAS sono reperibili sul sito www.visana.ch/speciale-gas.

Adrian Gilgen

Specialista Gestione aziendale della salute





Luci puntate su un collaboratore Visana

«IL MIO OBIETTIVO È AVERE CLIENTI SODDISFATTI»

Renato Aliprandi lavora come consulente per il settore Clienti aziendali di Zurigo. Curare il rapporto con clienti e broker è fondamentale per lui. Anche se lavora in Visana da poco, molti clienti storici hanno potuto usufruire della sua profonda conoscenza del campo assicurativo.

A chi lavora come consulente aziendale deve piacere il contatto con le persone. «La soddisfazione delle persone – che si tratti di clienti o di broker – è l'obiettivo che perseguo ogni giorno nel mio lavoro», così Renato Aliprandi riassume la sua attitudine nei confronti del lavoro. Che il nostro consulente aziendale sia particolarmente portato per il contatto con il pubblico nel settore dei clienti aziendali è chiarissimo.

Interazione tra interno ed esterno

Renato Aliprandi lavora come consulente aziendale soprattutto con i broker che operano a diretto contatto con i clienti aziendali e raccolgono per loro le offerte di diverse compagnie assicurative. In base alle indicazioni, Renato Aliprandi redige un'offerta personalizzata per l'azienda. Il team Underwriting interno a Visana, nella sede principale di Berna, elabora i requisiti rile-

vati dal consulente aziendale di Zurigo. Renato Aliprandi inoltra poi l'offerta elaborata al broker, che la esamina con il cliente. Il cliente aziendale sceglie la soluzione ottimale – dal punto di vista del prezzo o in base ai servizi offerti.

I consulenti aziendali di Visana lavorano per lo più con i broker e raramente seguono direttamente i clienti aziendali. Con Renato Aliprandi è diverso: «Al contrario dei miei colleghi, seguo più clienti diretti della media, sia ditte unipersonali sia grandi aziende». I rapporti sono pensati per durare nel tempo.

Sempre in viaggio

La professione del consulente aziendale non è un puro lavoro di ufficio. Renato Aliprandi lavora a Zurigo-Altstetten ed è spesso in viaggio nella sua regione (Zurigo e Svizzera orientale). Qui visita soprattutto broker o clienti diretti. «Le visite dirette sono importanti per curare i rapporti con la clientela. Spesso, con l'andare del tempo, sorgono nuove necessità che posso rilevare subito, oppure si chiariscono le domande sul contratto», ci spiega. Essendo in loco, a volte vedo problemi che Visana potrebbe contribuire direttamente a risolvere. I clienti aziendali hanno più volte fatto ricorso ai servizi di Gestione aziendale della salute di Visana – su consiglio di Renato Aliprandi.

La consulenza come servizio

Grazie alla sua esperienza pluriennale, Renato Aliprandi possiede un ricchissimo bagaglio di conoscenze sui temi quali indennità giornaliera per malattia, assicurazione contro gli infortuni e altre tutele assicurative dedicate alle aziende. Ha notato che, per molte aziende, l'argomento assicurazioni è piuttosto arido. Tuttavia, anche le aziende più piccole devono essere assicurate contro i danni. «Naturalmente, una piccola azienda artigianale non ha esperti nel campo assicurativo tra i suoi collaboratori. Me ne occupo io. Molti clienti aziendali apprezzano una consulenza personalizzata», spiega il consulente, che solleva molte aziende da un impegno pesante, soprattutto le start-up. «Meglio riesco a seguire i clienti e a consigliarli, più sono soddisfatti e più duraturo diventa il rapporto», aggiunge Renato Aliprandi. L'elevato numero dei suoi clienti soddisfatti parla da sé.

Melanie Schmid

Comunicazione aziendale



Tra Zurigo e il Nepal

Renato Aliprandi (58) lavora per Visana dal maggio 2017 e vanta un'esperienza di oltre 25 anni, maturata presso diverse compagnie assicurative. Vive con la moglie nella città di Zurigo, ai piedi dello Uetliberg. Ha due figli adulti ormai usciti di casa. Ama trascorrere il tempo libero sulle montagne – sia in Tirolo sia nell'Oberland bernese, ma gli piace anche fare trekking nel lontano Nepal. Una delle esperienze più belle per Renato Aliprandi è stato il circuito dell'Annapurna e del Manaslu. Ama superare le vette con la sua moto italiana. Renato Aliprandi ama cucinare e gli piace godersi la quiete della sua casa.



Panoramica dell'offerta di seminari GAS

NOVITÀ:

RESILIENZA

Con un ricorso sistematico alla Gestione aziendale della salute (GAS) i datori di lavoro promuovono la salute dei loro collaboratori. In questo contesto, i dirigenti assumono un ruolo centrale. I nostri seminari GAS vi offrono sostegno nel gestire con successo questo compito impegnativo.

Gestire le assenze, lo stress e i disturbi psichici: questi sono solo alcuni degli aspetti che attualmente caratterizzano le nostre giornate lavorative. Il Centro di competenza GAS di Visana sostiene con undici seminari le aziende impegnate nella promozione duratura della salute dei loro dipendenti.

Novità: «Promuovere la resilienza»

Da molto tempo, ormai, la resilienza è sulla bocca di tutti. La resilienza descrive la capacità di resistenza interiore di ognuno di noi e l'abilità di gestire le sfide della vita e di crescere affrontandole. I collaboratori e i dirigenti resilienti affrontano meglio e con un atteggiamento più positivo le sfide e i momenti negativi, anche quelli sul posto di lavoro.

La buona notizia è che la resilienza si può apprendere e sviluppare. Su questo tema offriamo due nuovi seminari: «Promuovere la resilienza» è indirizzato in modo particolare ai dirigenti, agli specialisti nel campo delle risorse umane e ai responsabili di progetto. Durante un'intera giornata si imparano i metodi per rafforzare la resilienza individuale e a sviluppare strategie per promuovere la capacità di resistenza nel team. Il seminario avrà luogo ad aprile a Berna e a settembre a Zurigo. Il seminario

Seminari GAS 2018 (ampia scelta)

- **Introdurre la GAS**
- **La salute sul lavoro**
- **Gestione delle assenze**
- **Gestione dello stress per collaboratori / dirigenti**
- **Salute mentale sul lavoro**
- **Infortunio: cosa devo sapere**

«Rafforzare la resilienza» sostiene i collaboratori a consolidare e potenziare ulteriormente la loro personale resilienza. Questo seminario avrà luogo a giugno a Berna.

I seminari GAS di Visana

Ad eccezione del seminario «Colloqui di rientro» (mezza giornata), tutti gli altri seminari durano un giorno intero. I seminari di Visana sono riconosciuti dalla Società Svizzera di Sicurezza sul Lavoro SSSL (www.sgas.ch/it) e sono sviluppati in collaborazione con i nostri clienti. Potete trovare ulteriori informazioni sui seminari GAS e le relative date sul nostro sito www.visana.ch/seminari.

Tanja Keller
Specialista Gestione aziendale della salute



Prevenzione infortuni nella corsa

«GIORNATA

STOP RISK

DEDICATA ALLA CORSA» CON VIKTOR RÖTHLIN

Vivere la corsa in diversi workshop con professionisti è ciò che offre la «Giornata Stop Risk dedicata alla corsa», che si terrà il 4 maggio 2018 a Nottwil. Il maratoneta Viktor Röthlin presenzierà la giornata con il suo team. Per i collaboratori dei clienti aziendali di Visana vi sono 100 posti gratuiti disponibili.

Vi piacerebbe provare questo sport iniziando con qualche corsa sporadica nei boschi? Oppure vi state preparando per la prossima mezza maratona? La «Giornata Stop Risk dedicata alla corsa» è un evento dedicato alla prevenzione per qualunque livello podistico. La giornata ha inizio con una valutazione delle condizioni fisiche (fit check, test sulla camminata oppure un test 4x1000 metri). In diversi workshop vengono fornite ai partecipanti informazioni importanti sui materiali giusti da usare e sulla prevenzione per non incorrere in infortuni. Le sessioni pratiche prevedono training tecnico e alternativo e il giusto recupero.

Consigli dei professionisti

Viktor Röthlin (www.viktor-roethlin.ch) presenzierà la giornata con il suo team. Il maratoneta svizzero ha vinto la medaglia di bronzo ai Campionati del Mondo del 2007 ed è stato campione d'Europa nel 2010. Tra gli ospiti ci sarà anche Heinz Frei. Il più famoso paratleta della Svizzera offre un'interessante visione dello sport per disabili e farà da guida nel Centro per paraplegici di Nottwil.

100 partecipazioni gratuite per i clienti aziendali di Visana

La «Giornata Stop Risk dedicata alla corsa» del 4 maggio 2018 si svolgerà nella sede del Guido-A.-Zäch-Institut, presso il Centro per paraplegici di Nottwil, nel Canton Lucerna. Sono disponibili 100 biglietti gratuiti per i collaboratori delle aziende che sono



assicurate con Visana. Le iscrizioni online possono essere effettuate già adesso su www.visana.ch/gas e saranno registrate nell'ordine di arrivo. La giornata comprende: training tecnico, consulenza personalizzata da esperti della corsa, pranzo e spuntino. Il viaggio di andata e ritorno è a carico dei partecipanti.

Sandra Bittel
Responsabile Gestione aziendale della salute