



**DGR n. 110 del 12/02/2024 “GENERAZIONI A CONFRONTO
Promuovere Age Diversity Management nei contesti organizzativi”
Programma Regionale FSE+ 2021-2027 – Priorità 1. OCCUPAZIONE**

Progetto “P.A.C.E: People & Culture Essentials”

Cod. Progetto 1003-0001-110-2024 Approvato con DDR 741 del 06/06/2024

Il progetto offre ai lavoratori del territorio veneziano l'opportunità di usufruire **GRATUITAMENTE** di percorsi formativi volti ad acquisire specifiche competenze, abilità e conoscenze di leadership

PROSSIMI CORSI IN PARTENZA:

SALUTE E ALIMENTAZIONE PER IL BENESSERE DELLA PERSONA E LA SUA QUALITÀ DI VITA -2 edizioni

L'intervento rientra nella tematica armonizzazione vita lavorativa e vita privata ed ha lo scopo di rispondere alle esigenze di una forza lavoro invecchiante facendo acquisire ai partecipanti conoscenze per migliorare il proprio stile di vita, attraverso l'assunzione di comportamenti positivi per la salute psico-fisica, in linea con l'età o il genere, offrendo spunti di riflessione per individuare e modificare i comportamenti a rischio, per fare prevenzione negli ambienti di lavoro.

L'attività proposta vuole essere un incentivo per: offrire un'opportunità per migliorare la propria salute psico-fisica; promuovere l'alimentazione sana e la mobilità fisica; rimuovere i fattori di rischio generali e quelli implicati nella genesi delle malattie croniche; migliorare il livello di qualità della vita.

Particolare attenzione verrà posta all'alimentazione di lavoratori senior che necessitano di specifici fabbisogni alimentari, soprattutto se devono sopportare turni di lavoro notturni, lavorano nel mondo dei trasporti o in condizioni particolari di stress lavorativo. I partecipanti saranno invitati ad effettuare dei semplici esercizi a carattere preventivo e compensativo diversificati in base alle loro caratteristiche morfologiche e funzionali, alla tipologia di mansioni, all'età, al genere.

Durata: 8 ore a edizione

Posti disponibili: 6 posti a edizione

Destinatari:

I lavoratori, residenti o domiciliati in Veneto, coinvolti in questo intervento sono persone appartenenti a diverse fasce d'età, interessate ad approfondire, attraverso nozioni teoriche ed esercizi fisici, i principali rischi connessi a sedentarietà e alimentazione, il modo di ritrovare il benessere mentre si lavora, trasferendo la consapevolezza che vivere senza stress sul luogo di lavoro è un bene per il singolo, ma anche per l'azienda e il rendimento produttivo.

Calendario: febbraio/marzo 2025

Le domande di partecipazione dovranno pervenire entro il 20.02.2025 alle ore 13.00 all'indirizzo giulia.saccardo@cfl.i.

Nel caso in cui le richieste pervenute fossero superiori rispetto ai posti disponibili la graduatoria sarà formata in base all'ordine di arrivo delle domande.

Per iscriversi vai sul sito:

<https://wp.me/p6jKzJ-1JY>

Data 31/01/2025



CFLI
CENTRO DI FORMAZIONE
LOGISTICA INTERMODALE