

## Allegato 2

Il servizio sanitario regionale è in prima linea per promuovere la salute sul luogo di lavoro, ecco alcune **buone pratiche** adottate dalle **Aziende sanitarie dell'Emilia-Romagna**.

L'**Ausl di Bologna** nel 2024 ripropone il corso per i dipendenti "Tornare a respirare" (sei incontri con esercizi di yoga e feldenkrais) e il progetto "PalestrAusl" (attività motoria nelle Casa della comunità); in programma anche un torneo di calcio a 5 aziendale, gare di orienteering e una caccia al tesoro.

Nell'**Ausl di Imola**, invece, è partito un gruppo di cammino bisettimanale aperto a tutti, per promuovere salute e senso di comunità; il percorso dura circa un'ora e parte dall'ingresso dell'Ospedale Nuovo di Imola.

Anche l'**Ausl di Parma** ha attivato alcuni gruppi di cammino, organizzati sui distretti della provincia e rivolti sia ai dipendenti che alla cittadinanza: il punto di ritrovo e di partenza delle camminate è molto spesso vicino alle Case della comunità o ad altre strutture sanitarie. In alcuni locali aziendali, attraverso convenzioni con il Cral, sono stati organizzati a prezzo agevolato corsi di yoga, pilates e danzaterapia rivolti ai dipendenti. Inoltre, con l'iniziativa 'Bike to Work', sono previste azioni di sensibilizzazione, promozione e incentivazione degli spostamenti casa-lavoro in bicicletta.

Punta sulle due ruote anche l'**Ausl di Ferrara**. Lo ha fatto sia aderendo al progetto 'Bike to Work', sia acquistando quattro biciclette, a disposizione degli operatori delle Unità operative del Dipartimento di Sanità pubblica, per favorire gli spostamenti durante l'attività di vigilanza nel centro cittadino.

Trasformare le pause lavoro in brevi momenti dedicati a semplici esercizi fisici è invece l'obiettivo del progetto 'Pause attive', lanciato nel 2023 dall'**Ausl di Modena** con lo scopo di prevenire e migliorare, attraverso brevi video, i disturbi muscolo-scheletrici e il benessere psicofisico dei lavoratori. Tra gli altri progetti proposti ai dipendenti le camminate storico-culturali in piccoli gruppi, accompagnate da una guida turistica, ottima occasione per tenersi in movimento e socializzare.

Nell'**Ausl della Romagna** e nell'**Ausl di Piacenza** c'è un percorso aziendale di dietetica e nutrizione a cui possono rivolgersi i dipendenti con problemi di sovrappeso e obesità.

Nell'**Ausl Romagna**, inoltre, è stato avviato 'Movimentiamo-Ci', un progetto sperimentale con lezioni di tecniche di rilassamento e posturali rivolto a quegli operatori sanitari che per lavoro si occupano di muovere pazienti o carichi pesanti e che manifestano problemi osteoarticolari o muscolari a cervicale e spalle. Il progetto è nato in ottica integrativa tra diverse figure professionali (Medico competente, Fisioterapista e Tecnici afferenti al SPP) a livello aziendale trasversale, pertanto coinvolge tutte le aree territoriali (Cesena, Forlì, Ravenna e Rimini). Nel 2023 si è partiti in via sperimentale a Forlì, con la decisione condivisa di estenderlo nel 2024 anche agli altri ambiti, tramite un coinvolgimento delle direzioni. Il servizio di Sorveglianza sanitaria, composto da dirigenti medici e infermieri, ha individuato il personale sanitario con problematiche osteoarticolari in fase cronica e non acuta, ha contattato il personale in maniera propositiva spiegando il progetto, l'impegno richiesto e in collaborazione con la U.O. Formazione ha effettuato l'accreditamento delle sedute.

Infine, l'**Ausl di Reggio Emilia** ha scelto che le macchine distributrici di caffè e bevande calde siano impostate sull'opzione zero zucchero, per cui occorre un gesto di consapevolezza per zuccherare. Una decisione che in un anno ha portato quasi a dimezzare il consumo di zucchero nelle bevande calde, risparmiando circa 3.680 chili di zucchero, cioè oltre 14 milioni e mezzo di calorie (considerando che 1 grammo di zucchero apporta circa 4 calorie). Inoltre, nei distributori a maggior consumo è presente un video di 24 secondi sulla campagna vaccinale, in modo da coniugare la pausa caffè con informazioni di prevenzione sanitaria.

/VM