

Benessere sul lavoro: “Gestione dell’ansia: un focus sulla disassuefazione dal fumo”

In tema di benessere sul lavoro, si segnala la nuova iniziativa di ATS Brianza, area salute, rivolta alle aziende del territorio.

“Gestione dell’ansia: un focus sulla disassuefazione dal fumo”

Venerdì 22 novembre 2024 dalle 14:30 alle 15:30

Webinar gratuito su Microsoft Teams.

Come relatore interviene **il dott. Marco Piana, psicologo**, esperto in prevenzione delle dipendenze.

Si focalizzerà sulla gestione dell’ansia senza ricorrere a cattive abitudini. Nello specifico, lo psicologo rivolgerà particolare attenzione alla dipendenza da fumo condividendo le strategie di disassuefazione e le implicazioni derivanti dall’associazione degli stati d’ansia al gesto di fumare.

Integrando iniziative di cessazione del fumo nei programmi WHP (*Workplace Health Promotion*), le aziende possono contribuire significativamente a migliorare la salute e il benessere dei loro dipendenti, riducendo l’incidenza di malattie correlate al fumo come malattie cardiovascolari, tumori e malattie respiratorie.

Per partecipare occorre iscriversi: [Webinar “Gestione dell’ansia: un focus sulla disassuefazione dal fumo”](#)

Per tutte le attività in tema di promozione della salute nelle imprese si può consultare l’apposita pagina sul [sito Ats Brianza](#). Si ricorda che l’iscrizione al programma WHP consente di ottenere i benefici sul modello OT23 dell’Inail.

(SN/am)