

# **“In buona salute” le video pillole di Ats Brianza per i lavoratori**

Sul [canale youtube](#) di [ATS Brianza](#) è possibile visionare video pillole della durata di tre minuti legate al progetto LILT “[In buona sostanza](#)”, all’interno di questi video un team di esperti risponderà a cinque quesiti per un approfondimento specifico su temi della gestione della propria salute e delle dipendenze.

[Cliccando qui](#) è possibile vedere tutti i video e scoprire come migliorare la salute dei tuoi dipendenti attraverso programmi di prevenzione, di contrasto alle dipendenze e attività di gestione dello stress.

[In Buona Sostanza](#) è un’iniziativa per il contrasto alle dipendenze nel setting lavoro e fornisce un percorso gratuito messo a punto dagli esperti Lilt per la realizzazione di pacchetti aziendali comprensivi di webinar di sensibilizzazione e sportelli digitali di disassuefazione dal fumo e sana alimentazione. Il progetto fornisce una risposta pratica ai bisogni di salute delle aziende e indicazioni sui servizi sociali e sanitari offerti dalle Ats, Asst e da tutti gli altri enti territoriali.

Per chi fosse interessato ad avere ulteriori informazioni o suggerimenti sulla promozione della salute in azienda può scrivere direttamente a [prevenzione@legatumori.mi.it](mailto:prevenzione@legatumori.mi.it).

(SN/am)