



ACTIVE AGEING:

dall'inclusione dei lavoratori maturi
alla capacità di produrre innovazione

CORNER BENESSERE nel REPARTO MINIBUS di IVECO BRESCIA

Cassina de' Pecchi (MI), 4 Aprile 2019
Giorgio Mottini, Ceo Eukinetica



IVECO





**ERGONOMIA
E SPAZIO**



**POSTURA
E MOVIMENTO**



**CONTRASTO
ALLE
DIPENDENZE**



ALIMENTAZIONE

**SALUTE E
BENESSERE
NEI LUOGHI DI
LAVORO**



**GESTIONE
DELLO STRESS**



EUKINETICA OFFICE



EUKINETICA DRIVE



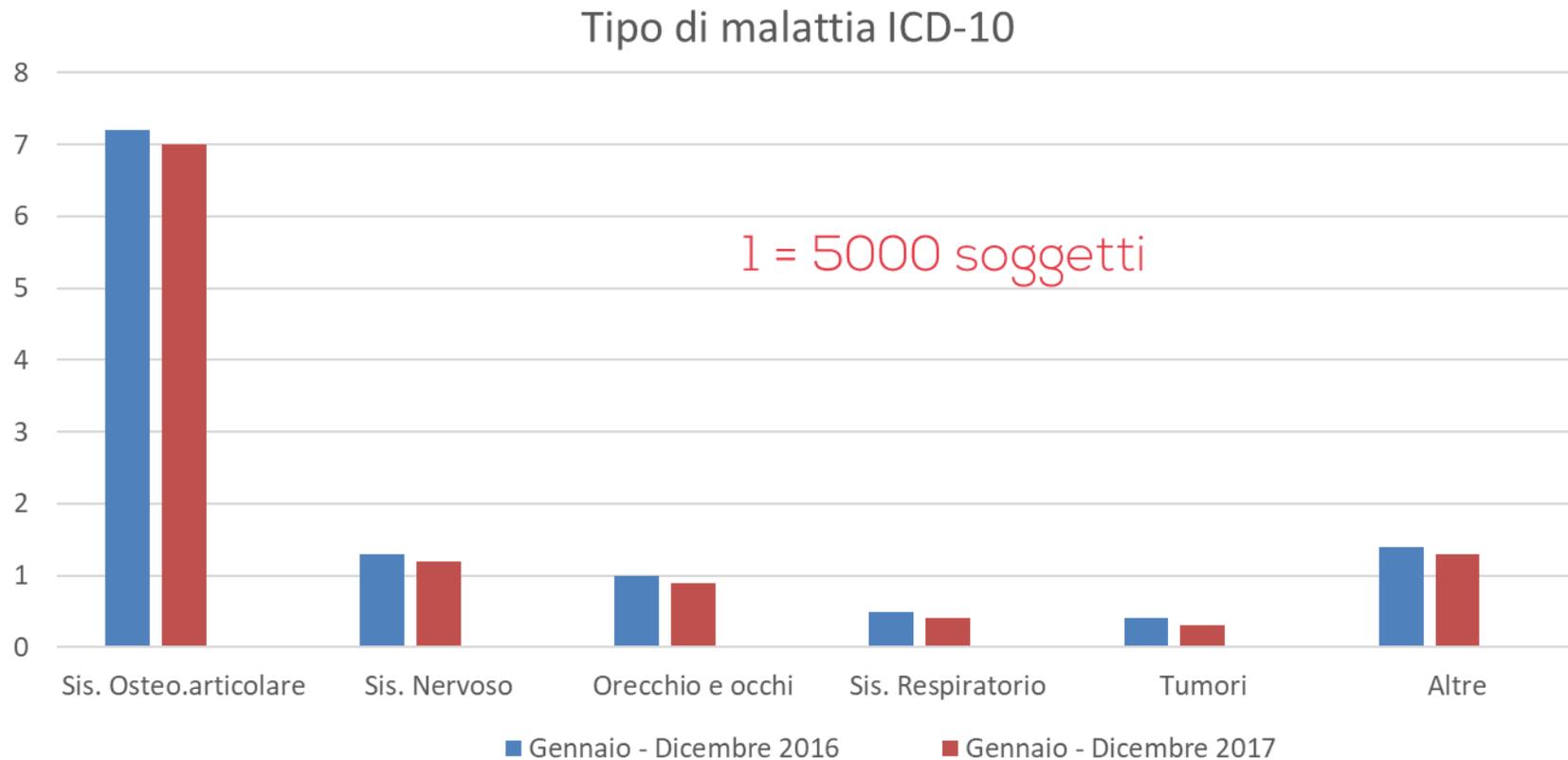
EUKINETICA RETAIL



EUKINETICA HEAVY WORK

ALCUNI DATI GENERALI

«LE PRIME PER CONSISTENZA NUMERICA E RAPPRESENTANTI L'80% DEL TOTALE SONO LE MALATTIE OSTEO-MUSCOLARI»



IL caso IVECO (2019.....)



**CORNER Benessere nel REPARTO
MINIBUS**

Situazione AREA MINIBUS

TOTALE 98
UOMINI 94
DONNE 4

ETA' MEDIA INTORNO AI 50 ANNI

5 = CARDIOPATIA
3 = DIABETE
10 = IPERTENSIONE
6 = IPERCOLESTEROLEMIA

N. 27 PERSONE SOFFRONO OD HANNO SOFFERTO IN PASSATO
DI DISTURBI/PATOLOGIA ALLA SCHIENA O AGLI ARTI SUPERIORI

N. 43 PERSONE HANNO UN PESO
ECESSIVO

SECONDO IL CALCOLO DEL BMI
(Body Mass Index: relazione tra il peso e
l'altezza P/A^2):

32 = sovrappeso (BMI >25)
9 = I classe (BMI 30-35)
1 = II classe (BMI 35-40)
1 = III classe (BMI >40)

DEI 27 SOGGETTI CON DISTURBI
OSTEOARTICOLARI SOLO N. 6 SVOLGONO
ATTIVITA' SPORTIVA

DEI 43 SOGGETTI SOVRAPPESO SOLO N. 10
SVOLGONO ATTIVITA' SPORTIVA

DEI 10 SOGGETTI CON IPERTENSIONE SOLO
N.1 SVOLGE ATTIVITA' SPORTIVA

DEI 6 SOGGETTI CON
IPERCOLESTEROLEMIA SOLO N. 1 SVOLGE
ATTIVITA' SPORTIVA

IL PROGETTO «AREA MINIBUS»

1 FORMAZIONE

- Consapevolezza condivisa
- Conoscenza delle regole fondamentali della postura e del movimento

2 CORNER

Area attrezzata dedicata all' «autonomia posturale» del lavoratore, finalizzata all'applicazione costante delle microginnastiche

3 SONDAGGIO

- Somministrazione questionario con indicatori stato benessere/dolori
- Test mobilità articolare

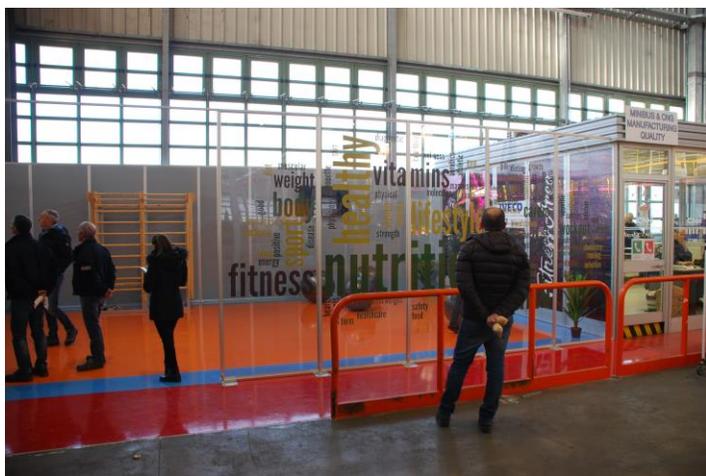
3 TUTORAGGIO e UTILIZZO

- Supervisione e coaching a tutela del buon lavoro
- Stimolo motivazionale per il mantenimento delle buone pratiche

CORNER BENESSERE



CORNER
Area attrezzata dedicata
all' «autonomia posturale»
del lavoratore,
finalizzata all'applicazione
costante delle
microginnastiche







STRUMENTI NEL CORNER

FORMAZIONE e CREAZIONE TEAM TRAINING



FORMAZIONE

- Consapevolezza condivisa
- Conoscenza delle regole fondamentali della postura e del movimento



SONDAGGIO

QUESTIONARIO SITUAZIONE CORPOREA INDIVIDUALE PER OPERAI DELL'AREA MINIBUS, COINVOLTI NEL PROGETTO DELL'AREA BENESSERE.

COGNOME	NOME	DATA
PESO	ALTEZZA	BMI

1. Con quale frequenza pensi che utilizzerai lo spazio benessere nell'area Minibus? (da compilare solo all'inizio dello studio)

mai	1 volta al giorno	+ di 1 volta al giorno	+ più di 3 volte a we	1 volta a we
-----	-------------------	------------------------	-----------------------	--------------

2. Qual è stata la frequenza di utilizzo media, dello spazio benessere nei primi 3 mesi: (da compilare alla fine del terzo mese)

mai	1 volta al giorno	+ di 1 volta al giorno	+ più di 3 volte a we	1 volta a we
-----	-------------------	------------------------	-----------------------	--------------

3. Qual è stata la frequenza di utilizzo media, dello spazio benessere nell' arco di 6 mesi: (da compilare alla fine del sesto mese)

mai	1 volta al giorno	+ di 1 volta al giorno	+ più di 3 volte a we	1 volta a we
-----	-------------------	------------------------	-----------------------	--------------

SONDAGGIO

4. Fai uso di farmaci anti-dolorifici o similari per alleviare dolori muscolo-articolari? (da ripetere alla fine del terzo e sesto mese)

mai	1 volta ogni 6 mesi	1 volta al mese	1 volta alla settimana	più di 1 volta a settimana
-----	---------------------	-----------------	------------------------	----------------------------

5. In quali altri ambiti hai notato dei benefici (da compilare alla fine del terzo e sesto mese)

>energia o - fatica fisica durante/dopo lavoro	qualità sonno	condizione mentale	prestazioni fisiche
--	---------------	--------------------	---------------------

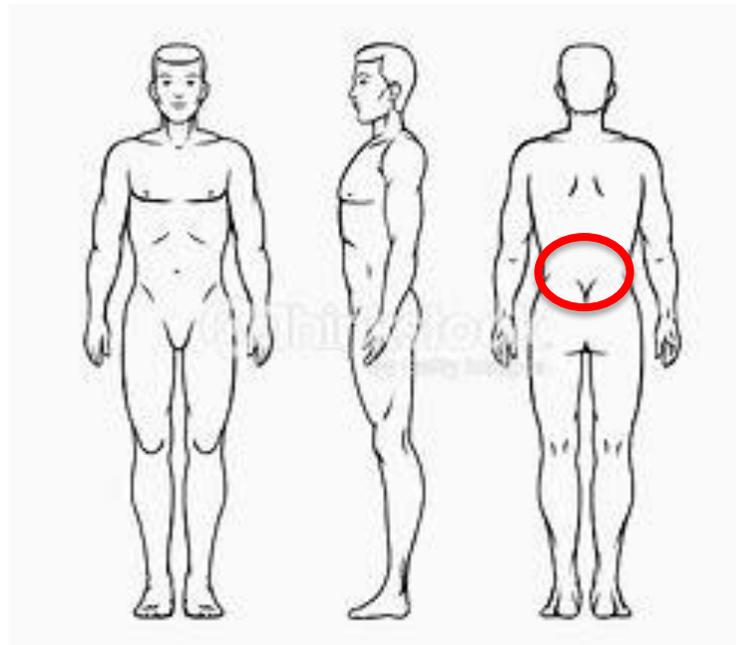
6. Mediamente quanti gg di malattia hai fatto a causa di dolori muscolo-articolari negli ultimi 3 mesi (rifare alla fine del 3° e 6° mese)

nessuna	da 1 a 5	da 5 a 10	più di 10
---------	----------	-----------	-----------

7. BENDING TEST

Misurazione iniziale cm dal suolo:	Misurazione dopo 3 mesi cm dal suolo:	Misurazione dopo 6 mesi cm dal suolo:
------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------

ARTICOLAZIONE	DESCRIZIONE DOLORE	INTENSITA' Vas (0-10)
TESTA		
CERVICALE		
SPALLE		
ARTI SUPERIORI		
DORSO/TORACE		
LOMBARE	INDOLENZIMENTO PERSISTENTE	7-8
ANCHE E BACINO		
ARTI INFERIORI		
PIEDI		
ORGANI INTERNI		



Quebek Back Pain Disability Scale								
	Nessuna difficoltà	Minima difficoltà	Qualche difficoltà	Piuttosto difficile	Molto difficile	Impossibile da farsi	Totale	Risultato somma dei punti
Punteggi	0	1	2	3	4	5	-	-
1. Alzarsi dal letto	X							
2. Dormire tutta la notte			X					
3. Girarsi nel letto		X						
4. Andare in auto					X			
5. Stare in piedi fermo per 20-30'			X					
6. Sedere in una sedia per alcune ore	X							
7. Salire una rampa di scale						X		
8. Camminare per 300-400 m			X					
9. Camminare alcuni chilometri					X			
10. Raggiungere scaffali posti in alto		X						
11. Tirare una palla con entrambe le mani				X				
12. Correre per circa 100 m			X					
13. Prendere cibo dal frigorifero	X							
14. Rifare il letto	X							
15. Mettersi le calze/collant		X						
16. Piegarsi in avanti per pulire il WC				X				
17. Spostare una sedia			X					
18. Aprire o chiudere porte pesanti						X		
19. Portare due borse della spesa				X				
20. Alzare e portare una valigia pesante					X			
Totale	0	3	10	6	12	10		41

TUTORAGGIO TEAM TRAINER

TUTORAGGIO

- Supervisione e coaching a tutela del buon lavoro
- Stimolo motivazionale per il mantenimento delle buone pratiche



A portrait of a woman with long dark hair and bangs, wearing a dark blue top. She is sitting in an office environment with shelves of binders and lockers in the background. The lighting is soft and indoor.

Dott.ssa PAOLA FACCO
Medico Competente

**«La CREATIVITÀ RICHIEDE IL CORAGGIO DI
ABBANDONARE LE CERTEZZE»**

ERIC FROMM



**GRAZIE
DELL'ATTENZION
E**