



Associazione di Volontariato ONLUS
Via dell'Eremo, 148 - 34142 Trieste
C.F. 90133470329
Tel: 3477050488
[e-mail: umanamentelavoro@libero.it](mailto:umanamentelavoro@libero.it)

Incontro – case study

Affrontare il disagio lavorativo reinvestendo le proprie risorse

Giovedì 20 marzo 2014, ore 17.30-19
Centro Servizi Volontariato, via Besenghi 16, Trieste
Ingresso libero

Presentazione:

L'associazione UmanaMente Lavoro Onlus organizza una serie di incontri a carattere teorico-pratico, gratuiti e ad accesso libero, sul tema del disagio in ambito lavorativo.

Gli incontri rientrano nel progetto “Il supporto familiare nella gestione e prevenzione del disagio lavorativo” finanziato dalla Regione Friuli Venezia Giulia, e intendono promuovere la prevenzione di questo rischio attraverso l'esplorazione dei fattori che possono determinare lo stato di malessere psico-fisico di chi ne è colpito e delle risorse interiori e di rete sociale che permettono di contrastarlo.

Le persone che vivono il disagio lavorativo, anche per effetto dell'attuale scenario di crisi economica e del lavoro, devono poter conoscere e gestire questo

fenomeno nelle sue varie manifestazioni e livelli di sofferenza per difendersi, o rivalutarsi, e mantenere uno stato di salute che favorisca l'integrazione lavorativa e sociale. Ciò è più agevole se si è informati, si conoscono le risorse disponibili e vi è una rete di supporto sociale.

Questo incontro vuole dare testimonianza delle attività dell'Associazione e sensibilizzare la comunità anche grazie alla partecipazione diretta di alcuni utenti.

Destinatari:

Tutti i lavoratori e le lavoratrici, i soggetti equiparati, sia occupati che inoccupati e i loro familiari

Argomenti in programma:

- **Presentazione dell'Associazione e delle attività di Umanamente Lavoro Onlus**
- **I fattori di rischio psicosociale nei luoghi di lavoro e T.U. sicurezza (Dlgs 81/2008 e s.m.i.)**
- **Il disagio lavorativo in un'ottica di genere: affrontare il rientro al lavoro dopo la maternità**
- **Gli aspetti sintomatologici del disagio lavorativo e le risorse psico-fisiche da preservare per combattere lo stress**

L'Associazione:

UmanaMente Lavoro Onlus – Associazione di Volontariato – nasce nel gennaio 2012 dalla volontà dei soci fondatori di rispondere alla sofferenza dei lavoratori rivolgendosi direttamente a loro.

L'Associazione offre gratuitamente e a fini di solidarietà ascolto e sostegno a tutti i lavoratori, le lavoratrici e a quanti vivono situazioni di malessere per motivi che ritengono riferiti all'ambito lavorativo.

Le persone trovano nelle attività gratuite dell'Associazione, quali colloqui di accoglienza e di ascolto, gruppi di auto-mutuo aiuto, lavori di gruppo, discussione di casi e seminari specifici di approfondimento, un primo accesso al sostegno psicologico e la possibilità di esplorare le risorse personali e le strategie disponibili per fronteggiare il disagio.

UmanaMente Lavoro Onlus si impegna a diffondere una cultura del lavoro “a misura d'uomo” a sostegno del benessere di tutti i lavoratori.

I soci volontari:

Dott.ssa Alessia Favretto (Psicologa, Dottore di Ricerca in psicologia sperimentale)

Dott. Emanuel Morandini (Psicologo del Lavoro e delle Organizzazioni, Ingegnere Gestionale)

Dott. Alessandro Ban (Direttore Generale d'azienda)

Dr. Giuliano Pesel (Medico Chirurgo Specialista in Medicina del Lavoro, Medico Competente)

Per informazioni:

Inviare una mail a: umanamentelavoro@libero.it

oppure telefonare al 347.70.50.488