

Seminario per smettere di fumare dedicato ai fumatori, in collaborazione con Allen Carr's EasyWay

Obiettivi:

Ridurre il numero di lavoratori fumatori offrendo un supporto efficace a coloro che vorrebbero intraprendere un percorso per smettere di fumare.

Descrizione:

È stato strutturato un percorso motivazionale a partecipazione volontaria intrapreso in collaborazione con Allen Carr's Easyway.

Il corso, tenuto in azienda all'interno dell'orario di lavoro, è così strutturato: un primo Seminario di 6 ore e due Seminari di Supporto di 3 ore. Questo metodo non si avvale di farmaci o terapie sostitutive ma, durante i seminari (momenti di team building), si esaminano i motivi e i meccanismi che tengono legati al tabacco. Si cerca di far svanire quindi il senso di rinuncia e di perdita, liberando il fumatore dalla paura di smettere e dalla necessità di ricorrere alla forza di volontà.

Valutare la possibilità di avviare corsi differenziati per i grandi fumatori (più di 20 sigarette al giorno) e medi fumatori (da 10 a 20 sigarette al giorno).

Attività di comunicazione:

- Comunicazione mediante la intranet aziendale e affissione dell'avviso nelle bacheche aziendali.
- Promozione diretta da parte del medico competente ai lavoratori fumatori.

Budget e costi:

Il costo del corso è stato a carico dell'azienda ad eccezione di un contributo minimo a carico del dipendente. L'importo versato sia da parte del dipendente che da parte dell'azienda verrà rimborsato nel caso in cui, previa frequentazione integrale del corso, non si sarà ottenuto alcun risultato.