

WELL@SME

SALUTE MENTALE NELLE PICCOLE E MEDIE IMPRESE

Il progetto "**WELL@SME: Salute Mentale nelle piccole e medie imprese**" si pone l'obiettivo di rispondere alle esigenze specifiche dei dipendenti e dei manager/proprietari delle piccole e medie imprese (PMI), progettando e rendendo disponibili risorse, strumenti e strategie su misura per prevenire e contrastare lo stress da lavoro correlato e, più in generale, l'impatto negativo delle condizioni di lavoro sulla salute mentale. Il progetto mira a creare e sviluppare un'offerta formativa specifica volta a promuovere l'importanza della salute mentale sul posto di lavoro, adattata alle esigenze dei proprietari e dei dipendenti delle PMI. Il progetto integra strumenti di formazione digitale con sessioni in presenza, sostenendo così l'acquisizione e il rafforzamento di competenze digitali tra i partecipanti.

Il risultato atteso del progetto è un insieme di risorse complementari per supportare i proprietari delle PMI, i manager e i dipendenti a prevenire e affrontare i problemi di salute mentale sul posto di lavoro attraverso l'informazione, la formazione e la realizzazione di buone pratiche.

Il progetto ha un approccio integrato che si basa su: misure protettive, riduzione dei fattori di rischio ed educazione alla salute mentale (MHL).



Gli strumenti corrispondono ai seguenti risultati del progetto:

1

Database di strumenti e buone pratiche nel campo della prevenzione del rischio:

verrà costruita una banca dati pubblica, accessibile in diverse lingue, che possa fornire un archivio di pratiche, politiche e lezioni apprese in relazione all'efficace promozione della salute mentale sul posto di lavoro, applicata al contesto delle PMI. Gli utenti potranno selezionare le aree di intervento, le attività di implementazione, i settori e i temi, la lingua, le regioni e i Paesi. L'obiettivo di questo strumento è quello di fornire agli utenti (principalmente: responsabili delle risorse umane, associazioni di PMI, operatori della salute mentale, responsabili politici e decisionali) esempi pratici integrati da strumenti adeguati che possano essere applicati al loro specifico contesto.

2

E-learning sulla salute mentale sul luogo di lavoro:

verrà sviluppato un corso e-learning autonomo rivolto a dipendenti e manager delle PMI e finalizzato a sostenere l'acquisizione di competenze che miglioreranno il loro benessere mentale sul posto di lavoro. Si tratta di uno strumento accessibile a qualsiasi azienda o dipendente interessato ad avviare un processo per creare un ambiente più positivo e più sano, favorendo così un miglioramento della soddisfazione lavorativa, della motivazione e della produttività.

3

Podcast sullo stress lavoro correlato e sulla prevenzione:

verrà ideata un podcast in cui verranno intervistati esperti e proprietari di PMI provenienti dai diversi Paesi coinvolti nel progetto per discutere e fornire suggerimenti rivolti ai colleghi imprenditori su come riconoscere i segnali di allarme di problemi a livello di salute mentale e su quanto potrebbero fare per rispondere a questi segnali o per prevenire la loro progressiva diffusione.

4

Modello metodologico di informazione e formazione alla salute mentale sul luogo di lavoro:

quest'ultimo risultato è un modello metodologico su come coinvolgere le parti interessate al tema della salute mentale sul posto di lavoro nelle PMI a diversi livelli, coinvolgendo aziende, associazioni di PMI, operatori della salute mentale e sociali, organizzazioni che lavorano nel campo della salute e della sicurezza sul lavoro, educatori, ONG.

Il progetto è finanziato dal programma Erasmus+ dell'Unione Europea (ID KA220-ADU-9AAA209B); ha una durata di 33 mesi (01/01/2022 - 01/10/2024) ed è attuato dalle seguenti organizzazioni:

L'organizzazione "**Danish Committee for Health Education (DCHE)**" della Danimarca (coordinatore), in collaborazione con:

- **ANZIANI E NON SOLO SOCIETA COOPERATIVA SOCIALE** (Italia)
- **K.S.D.E.O. EDRA** (Grecia)
- **European Health Futures Forum** (Irlanda)
- **Rightchallenge – Associação** (Portogallo)
- **Institute of Occupational safety and environmental health, Riga Stradins university** (Lettonia)
- **EUROPEAN NETWORK OF ACTIVE LIVING FOR MENTAL HEALTH** (Belgio)
- **MIELI Suomen Mielenterveys ry** (Finlandia)

