

INDICE

INTRODUZIONE _____	1
Perché un modello _____	1
Perché occuparsi di promozione della salute _____	3
Perché promuovere la salute nei luoghi di lavoro _____	12
Quali interventi promuovere _____	14
IL MODELLO BERGAMO _____	19
Origini e storia _____	19
Caratteristiche generali _____	21
La scelta degli ambiti di intervento (aree tematiche) _____	23
Prerequisiti per l'adesione _____	29
Regole e Standard _____	30
Il concetto di buona pratica _____	33
Riconoscimento _____	37
LE FASI DI SVILUPPO DEL PROGRAMMA _____	39
Incontro di presentazione _____	42
Adesione al programma _____	44
Formazione del gruppo di lavoro aziendale _____	45
Comunicazione ai lavoratori _____	46
Pianificazione _____	48
Realizzazione _____	49
Rendicontazione _____	51
Monitoraggio e valutazione _____	53
Riconoscimento e premiazione _____	66

RUOLI CHIAVE _____	68
Il referente aziendale _____	68
Il medico competente _____	69
Il ruolo del Servizio Sanitario Nazionale _____	71
<i>Il coordinamento della Rete</i> _____	71
<i>I servizi specialistici</i> _____	73
<i>Il tutor o referente territoriale</i> _____	74
Il ruolo delle associazioni di categoria datoriali e dei sindacati _____	75
DESCRIZIONE RAGIONATA DELLE BUONE PRATICHE _____	79
Buone pratiche Area Alimentazione _____	83
Buone pratiche Area Fumo _____	103
Buone pratiche Area Attività fisica _____	115
Buone Pratiche Area Sicurezza stradale e mobilità sostenibile _____	131
Buone pratiche Area Alcol e dipendenze _____	145
Buone pratiche Area Salute mentale, benessere e conciliazione vita-lavoro _____	155
INDICATORI DI RISULTATO _____	173
RINGRAZIAMENTI _____	179
STRUMENTI _____	183
Matrice di West _____	183
Questionario di Fagerstrom _____	184
Questionario IPAQ (short form) _____	185
Questionario AUDIT C _____	189
AUTORI _____	190