

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Riconoscimento al Comune di Rho come “Luogo di lavoro che promuove salute 2023”

Redazione · Wednesday, March 27th, 2024

Il Comune di Rho ha ottenuto un riconoscimento da Rete WHP Lombardia e da Ats Città Metropolitana di Milano come “Luogo di lavoro che promuove salute 2023”. A ritirare il premio la dirigente del settore Personale **Emanuela Marcoccia**, che segue l'intero progetto. L'Amministrazione comunale, con la delibera 57 del 04.04.2023, ha aderito al programma “**Luoghi di lavoro che Promuovono Salute – Rete Workplace Health Promotion (WHP) Lombardia**”, per tutelare e favorire la salute, la sicurezza e il benessere di tutti i lavoratori nonché la sostenibilità dell'Ente. Scopo del programma è valorizzare le azioni di welfare aziendale e le misure di benessere organizzativo che possono migliorare la qualità della vita e il benessere psico-fisico del personale dipendente. Il programma rientra nelle azioni previste dal **Piano Regionale di Prevenzione di Regione Lombardia**, in riferimento all'obiettivo di ridurre il carico prevenibile ed evitabile di morbosità, mortalità e disabilità delle MCNT (malattie croniche non trasmissibili), che rappresentano la principale causa di morte nei paesi ad alto reddito.

«Le ATS di Regione Lombardia sviluppano una Rete tra “Luoghi di lavoro” aderenti al programma, facilitando la condivisione di esperienze, materiali, strumenti e il dialogo collaborativo – spiega il sindaco –. **L'ATS territoriale rilascia annualmente un attestato di riconoscimento di “Luogo di lavoro che Promuove Salute”** alle aziende e agli Enti che realizzeranno le azioni previste. Nel novembre scorso, il Comune di Rho ha diffuso tra i propri dipendenti materiale utile a migliorare la qualità della vita e il benessere psico-fisico, puntando a favorire l'adozione consapevole di scelte e stili di vita salutari. Sono stati affissi nelle sedi comunali pannelli che esortano a scegliere le scale, piuttosto che l'ascensore. Inoltre l'attenzione si è concentrata sui distributori automatici di alimenti, per promuovere un'alimentazione corretta mediante il miglioramento della qualità nutrizionale di bevande e snack, sostituiti con una percentuale di prodotti considerati “salutari”, a basso contenuto di grassi e zuccheri. Fare le scale a piedi è un esercizio comodo e gratuito che apporta benefici all'organismo. Salire e scendere le scale più volte al giorno contribuisce a raggiungere i 30 minuti di attività fisica quotidiana raccomandati e di ottenere risultati significativi in termini di salute. Al personale sono stati inviati e l'opuscolo “Usa le scale” e l'opuscolo “Vending” che fornisce buoni consigli su come fare uno spuntino sano, testi pubblicati anche sulla Intranet comunale».

**Per evitare una vita sedentaria e poco sana bastano pochi piccoli cambiamenti nelle abitudini:** è fondamentale approfittare di ogni occasione per mantenersi attivi. Occorre ricordare che non tutti gli spuntini sono uguali: spesso si osserva come alimenti ad alto contenuto energetico e scarso valore nutrizionale siano l'offerta più frequente, mentre alimenti più salutari o alimenti

protettivi risultino meno disponibili o assenti nei distributori. Da queste considerazioni è nata l'esigenza di promuovere un'alimentazione corretta anche attraverso il settore del vending mediante il miglioramento della qualità nutrizionale dei prodotti offerti nei distributori automatici. **Il programma prevede lo sviluppo di altre azioni da implementare negli anni a venire e da mantenere nel tempo.** «Questo programma permette di perseguire obiettivi che ritengo fondamentali – commenta il Sindaco **Andrea Orlandi** – Ringrazio l'ufficio che sta mettendo in campo queste azioni: piccoli gesti quotidiani, che non richiedono grandi sforzi, aiutano a mantenersi in salute. E la salute di tutti i dipendenti ci sta molto a cuore».

This entry was posted on Wednesday, March 27th, 2024 at 2:11 pm and is filed under [Rhodense, Salute](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.