

Questo è il link con il nostro profilo ufficiale: [Sogei - Profilo](#).

SOGEI OPEN WELLNESS

Superato il primo scossone della pandemia, come azienda ci siamo subito chiesti cosa potevamo fare per i nostri dipendenti per supportarli in un contesto surreale.

La nostra voglia di lavorare sul benessere nostro e dei nostri colleghi doveva tenere in considerazione fondamentalmente due elementi:

- Una platea ampia e variegata con esigenze e interessi diversi, dislocata in diversi quartieri di una città grande e dispersiva come Roma
- il lavoro da remoto da un lato facilita l'equilibrio vita privata/professionale in termini di logistica e orari ... dall'altro porta delle complicazioni in termini di stress di conciliare tutto in spazi non pensati per il lavoro

Tutti siamo stati colpiti, seppur in maniera diversa, dal contesto pandemico. E come potevamo noi come azienda dare supporto a queste tante diverse situazioni? Come riuscirci anche in tempi brevi?

Abbiamo deciso di mettere a disposizione di tutti noi una cassetta degli attrezzi, tanti strumenti formativi e informativi per rimettersi in gioco, ripartire e ritrovare un nuovo equilibrio psicofisico. A questa cassetta degli attrezzi tutti possiamo attingere, ognuno secondo le proprie esigenze e proprio in tale ottica la nostra candidatura si chiama OPEN WELLNESS per richiamare il concetto degli OPEN DATA del mondo informatico.

Le nostre iniziative.

Nei mesi scorsi abbiamo attivato un percorso di benessere a disposizione di tutti i dipendenti. Webinar ed ebook con una guida alle buone abitudini per implementare il famoso detto "mens sana in corpore sano". I professionisti dello star bene ci hanno accompagnato in un percorso motivazionale di benessere psicofisico, spiegandoci i meccanismi bionergetici di funzionamento e pensiero. A disposizione di tutti noi inoltre c'era un percorso di allenamento e un percorso di alimentazione sana.

Dalla teoria siamo poi passati alla pratica offrendo a tutti i dipendenti la possibilità di beneficiare dell'acquisto a prezzi agevolati di servizi nel campo dello sport e del benessere. In questo modo ciascun dipendente era libero di scegliere in base alle proprie esigenze come comporre il proprio pacchetto benessere e dove fruirla (a casa o presso strutture sparse sul territorio).

Sempre in quest'ottica di dare libertà di scelta sul modus operandi, anche e soprattutto considerando un tema delicato e sensibile come quello del benessere psicofisico, sono stati messi a disposizione una serie di corsi e pillole informative sulle piattaforme di learning dove l'offerta formativa di Sogei è andata ben oltre le classiche competenze soft, andando infatti a trattare argomenti come l'intelligenza emotiva, le tipologie di emozione, gestione dello stress e dell'ansia, motivazione, mindfulness, cambiamento, creatività etc. Tanti temi per conoscere meglio se stessi e supportarci nelle relazioni interpersonali e professionali in un modo e in una organizzazione in perenne evoluzione.

Sono state poi intraprese azioni formative e informative specifiche sui manager, coloro che sono chiamati a raggiungere gli obiettivi aziendali gestendo se stessi e i propri collaboratori, ognuno nella propria individualità, personalità, sensibilità e difficoltà. Ai manager sono stati offerti molti spunti di riflessione nelle modalità di formazione e webinar sulla leadership gentile e sulla managerialità ibrida., sulle emozioni e sull'autoefficacia. L'obiettivo di questi incontri era apportare una ri-evoluzione del contatto quotidiano con i propri collaboratori per lavorare in maniera serena, avere un approccio strutturato e costruttivo, dinamico e motivato per lavorare meglio e far lavorare meglio, per avere un ambiente di lavoro sano, stimolante ed inclusivo.