



Artigiani, l'assistenza sanitaria integrativa allarga la platea ai familiari



Sciopero casellanti, disagi e sbarre alzate anche in Veneto



Sicurezza sismica, bonus per i capannoni



Welfare aziendale Unipd, corso di yoga gratuito per dipendenti

Publicato il 21 aprile 2017 in [Padova](#)

Un corso di yoga gratuito per i dipendenti. Senza doversi spostare, subito dopo la fine della giornata lavorativa nello stesso luogo dove ci sono i propri uffici. È giunto alla seconda lezione il **corso di yoga per dipendenti dell'Università di Padova** che si svolge ogni giovedì a Palazzo Storione. L'iniziativa dimostra che è sempre più diffusa l'attenzione al welfare aziendale. **Dieci lezioni per 25 persone:** il successo dell'iniziativa di work-life balance è tale che ci sono già abbondanti prenotazioni per il possibile secondo ciclo.



Per rendere il corso ancora più accessibile si è scelto di offrirlo direttamente sul posto di lavoro. Così il giovedì chi si è prenotato per il corso scende di qualche piano a Palazzo Storione, dove una **maestra professionista di yoga, Tiziana Fantuz**, riunisce tutti in una sala allestita e tiene la sua lezione. **L'equilibrio fra vita professionale e impegno lavorativo è fondamentale in tutte le aziende.** Ecco perché una spinta a fornire ai dipendenti dell'Ateneo patavino degli strumenti in più per rendere migliore il proprio luogo di lavoro è uno degli impegni del rettore Rosario Rizzuto. I benefici delle misure di welfare aziendale sono duplici: già molte ricerche dimostrano che a crescere non è solo la soddisfazione e il senso di benessere dei dipendenti, ma anche la loro produttività.



Antonio Paoli, delegato del Rettore per lo sport ed il benessere

Unipd, verso il welfare aziendale a 360°

«Siamo rimasti molto colpiti dal successo che ha avuto l'iniziativa sperimentale – spiega **Antonio Paoli**, delegato del Rettore per lo sport ed il benessere –. Eravamo convinti di essere sulla strada giusta e la conferma è arrivata proprio dalla risposta dei nostri dipendenti. L'equilibrio fra l'aspetto professionale e lavorativo della vita è fondamentale per il benessere di chiunque lavori. Iniziative come il corso di yoga sono strumenti che mettiamo in campo per creare un ambiente di lavoro sereno e contribuire a migliorare la salute dei dipendenti in accordo anche con le ultime indicazioni del governo. **Una strada verso il**

benessere a 360° di dipendenti e studenti che abbiamo intrapreso e che sappiamo essere ancora lunga: continueremo a impegnarci in questa direzione».