

Benessere in Azienda: Un Anno di Successi e Nuove Prospettive

Di Ubaldo Vallini

Un incontro partecipato a Roè Volciano per celebrare i risultati del primo anno del progetto salute promosso da Valsir, OLI, Marvon e Alba in collaborazione con SYNLAB



Il 18 giugno 2025, a Roè Volciano, oltre 50 collaboratori si sono ritrovati per condividere i risultati del primo anno di un innovativo progetto di promozione del benessere psicofisico, nato dalla sinergia tra quattro aziende del gruppo Silmar: Valsir, OLI, Marvon e Alba, ed il centro polidiagnostico SYNLAB.

L'iniziativa, strutturata su **percorsi personalizzati** in base allo stato di salute e agli obiettivi individuali, ha coinvolto 165 collaboratori per i check-up iniziali e 100 di loro hanno completato l'intero programma.

Supportati da medici sportivi, nutrizionisti e psicologi, i partecipanti hanno seguito indicazioni mirate per migliorare il proprio stile di vita, con un monitoraggio continuo dell'attività fisica tramite l'app Strava.

Il progetto è stato realizzato in collaborazione con il **Synlab Santa Maria Polidiagnostico di Vobarno**, struttura appartenente a SYNLAB Italia, il più grande network italiano di diagnostica medica. Il centro offre un'ampia gamma di prestazioni sanitarie in regime privato o tramite fondi assicurativi e mutualistici: specialistica ambulatoriale (clinica e strumentale), fisioterapia, prevenzione (check-up) e diagnostica per immagini.

Durante la serata di chiusura, **sono stati premiati simbolicamente Giovanni, Tiziano ed Emanuele** per i miglioramenti più evidenti nel rapporto tra massa grassa e massa muscolare. L'iniziativa, tuttavia, ha avuto come obiettivo principale quello di promuovere una cultura del benessere condiviso, senza competizione, ma con attenzione alla crescita personale.

Sono intervenuti, tra gli altri, il dottor **Francesco Toscani**, medico dello sport e nutrizionista, la responsabile HR di Valsir **Maria Ologu** e la responsabile per la sostenibilità **Melissa Roncetti**, sottolineando come la cura di sé possa trasformarsi in un approccio più positivo e consapevole alla vita quotidiana.

Alla luce dell'ampia partecipazione e dei risultati ottenuti, tutto è pronto per dare il via a un secondo anno di progetto, che accoglierà nuovi partecipanti e continuerà a valorizzare il benessere come elemento centrale del welfare aziendale.