

Salute e benessere al centro: quattro aziende di Silmar Group rinnovano il progetto con Synlab

Di Redazione

Valsir, OLI, Marvon e Alba rilanciano l'iniziativa dedicata al benessere psicofisico dei collaboratori, con check-up personalizzati, supporto medico e psicologico e obiettivi su misura



Prosegue con convinzione l'impegno di Valsir, OLI, Marvon e Alba verso il benessere dei propri collaboratori.

Le quattro aziende del **Silmar Group** rilanciano per la terza volta un progetto nato in collaborazione con **SYNLAB**, realtà leader nella diagnostica medica, con l'obiettivo di promuovere il **benessere psicofisico dei dipendenti** in modo strutturato e scientifico.

L'iniziativa, rivolta a tutto il personale, si basa su un modello integrato che unisce **monitoraggio dell'attività fisica**, **educazione alimentare**, **supporto psicologico** e **valutazioni mediche personalizzate**. Ogni partecipante potrà contare su un percorso individuale costruito insieme agli specialisti SYNLAB, con strumenti pratici per migliorare lo stile di vita.

Elemento centrale del progetto è una **app dedicata**, attraverso cui sarà possibile registrare i progressi legati al movimento quotidiano.

A ciascun collaboratore verranno assegnati **obiettivi su misura**, da raggiungere attraverso **attività fisica regolare** e **alimentazione equilibrata**, calibrate in base a una prima valutazione svolta da **medici sportivi specializzati**.

Il programma prevede infatti un **check-up completo**, comprensivo di **valutazione anamnestica**, **antropometrica** e indicazioni dettagliate sul piano di attività fisica e dieta più adeguata.

L'obiettivo non è tanto la performance, quanto la costruzione di **abitudini sane e sostenibili** nel tempo.

Accanto all'approccio medico e sportivo, è previsto anche un **supporto psicologico**, con la presenza di una **psicologa SYNLAB** che affiancherà i partecipanti su aspetti fondamentali come la **gestione dello stress**, le **tecniche di rilassamento** e il recupero dell'equilibrio mentale, spesso messo a dura prova da ritmi di lavoro e pressioni quotidiane.

Maria Ologu, responsabile HR delle quattro aziende, esprime soddisfazione per la nuova edizione del progetto:

«Siamo entusiasti della risposta ricevuta nelle edizioni precedenti e della partecipazione sempre molto alta. I colleghi hanno compreso che non si tratta di una sfida agonistica, ma di un'occasione reale per ottenere benefici concreti sul piano del benessere personale. Per l'azienda è una grande soddisfazione vedere che il progetto genera motivazione, coesione e cultura del prendersi cura di sé».

Le aziende, già fortemente orientate all'innovazione e allo sviluppo sostenibile, confermano così una **visione centrata sulle persone**, valorizzandone non solo le competenze professionali, ma anche la qualità della vita dentro e fuori dal luogo di lavoro.

Un modo concreto per promuovere un ambiente di lavoro **sano, motivante e inclusivo**, in cui il benessere individuale diventa leva di crescita collettiva.

DATA DI PUBBLICAZIONE: 03/11/2025 – AGGIORNATO ALLE 07:00

2025 © TUTTI I DIRITTI SONO RISERVATI

AUTOGESTIONE CONTENUTI DI EDIZIONI VALLE SABBIA SRL C.F. E P.IVA: 02794810982 – SISTEMA [GLACOM®](#)