



**CHI STA  
AL MEGLIO,  
DÀ IL SUO  
MEGLIO**

**SEA**

CONSULENZE E SERVIZI



**agyla**

BENESSERE AL LAVORO



# SEA CONSULENZE E SERVIZI

**SEA Consulenze e Servizi** con sede a Trento e Bolzano è un'azienda controllata da Ecoopera S.C. con esperienza ultratrentennale nella consulenza e formazione.

Entrambe promuovono **la cultura dell'innovazione, il rispetto dell'ambiente e delle persone, l'affermazione di scelte responsabili per uno sviluppo durevole e sostenibile.**

SEA Consulenze e Servizi, si occupa di studi e consulenza ambientale, salute e sicurezza sul lavoro, HACCP e igiene alimentare, medicina del lavoro, consulenza manageriale, privacy e GDPR, modelli di gestione e controllo per la responsabilità amministrativa. Su tutti questi temi sviluppa una articolata offerta formativa e di accrescimento delle competenze. Grazie ad oltre 60 professionisti ed alle proprie esperienze multidisciplinari, SEA Consulenze e Servizi ha sviluppato nuove idee e programmi orientati non solo al soddisfacimento delle norme ma anche promozione della salute e del benessere negli ambienti di lavoro, nella convinzione che questi siano fattori essenziali per la crescita aziendale.



# AGYLA, STARE BENE AL LAVORO COME A CASA

L'abbiamo chiamato AGYLA, e contiene tutte le soluzioni per promuovere la salute e il benessere delle persone nelle aziende virtuose.

Con il termine **benessere organizzativo** ci riferiamo alla capacità di un'organizzazione di dar vita e mantenere il più alto grado di benessere fisico, psicologico e sociale per tutte le persone che lavorano nell'azienda, per tutti i livelli ed i ruoli dell'organizzazione. I servizi di AGYLA si occupano di incoraggiare e preservare nel tempo buone capacità fisiche e mentali nelle persone che crescono, si realizzano e abitano il mondo del lavoro. È un processo dinamico che genera crescita e cambiamento positivo nell'azienda in una prospettiva di miglioramento continuo.

Il beneficio si traduce non solo **in un migliorato stato di benessere del lavoratore, ma anche in migliori performance per l'azienda stessa** che diventa così più efficiente, produttiva, resiliente e capace di trattenere i talenti e far crescere le proprie persone in un clima sereno.

AGYLA si fonda su **quattro pilastri del benessere**, tra di loro interconnessi:

### **AGYLA ERGONOMIC**

**Ergonomia e rischi biomeccanici.**

### **AGYLA ACTIVE**

**Educazione posturale ed equilibrio muscolare.**

### **AGYLA NUTRITION**

**Educazione alimentare per stili di vita più sani.**

### **AGYLA MIND**

**Promozione del benessere mentale.**

Ogni programma AGYLA affronta temi specifici all'interno del luogo di lavoro e si avvale di un gruppo multidisciplinare di professionisti in grado di operare in stretta collaborazione, seguendo un approccio di tipo integrato.

I servizi di AGYLA comprendono momenti di analisi e valutazione tecnica, alternati a momenti effettivi di pratica, progettati per comprendere e imparare a gestire i fattori psicosociali di rischio.

I programmi AGYLA possono rientrare tra gli interventi di miglioramento delle condizioni di sicurezza e salute sul lavoro ai fini della riduzione del tasso medio di tariffa INAIL.

Le iniziative hanno tutte le caratteristiche per essere considerate nel Bilancio di Sostenibilità o nella Dichiarazione Non Finanziaria e possono essere finanziate dai fondi interprofessionali.

Le attività formative AGYLA possono essere riconosciute ai fini dell'aggiornamento obbligatorio sicurezza e salute dei lavoratori.





# AGYLA ERGONOMIC

## ERGONOMIA E RISCHI BIOMECCANICI

Il luogo di lavoro oggi va ripensato: non solo come spazio produttivo, ma anche come luogo d'esistenza, a misura dei lavoratori e delle lavoratrici che qui svolgono i propri compiti.

**AGYLA Ergonomic** interviene per prevenire i rischi a carico dell'apparato muscoloscheletrico, connessi alla mansione lavorativa e all'invecchiamento del personale.

**AGYLA Ergonomic** unisce l'analisi e la valutazione del rischio riferito all'ergonomia delle postazioni di lavoro ad uno specifico programma formativo e di addestramento volto a sostenere il lavoratore nel miglioramento del benessere fisico e nella correzione dei comportamenti posturali durante l'attività lavorativa.

### L'ATTIVITÀ CONSISTE IN

---

- ◆ **Valutazione dei rischi ergonomici nelle postazioni munite di videotermini, anche di smart-working, per assicurare la conformità alle normative vigenti;**
  - ◆ **Analisi e valutazione dei rischi da sovraccarico biomeccanico:**
    - Movimentazione manuale dei carichi (NIOSH).
    - Movimenti ripetitivi (OCRA).
    - Posture statiche.
    - Movimentazione dei pazienti (MAPO).
    - Traino e spinta (SNOOK-CIRIELLO).
-

# AGYLA ACTIVE

## EDUCAZIONE POSTURALE ED EQUILIBRIO MUSCOLARE

Che si lavori in piedi, da seduti oppure sollevando carichi, è necessario ricordare che il movimento quotidiano è fondamentale per star bene ovunque ci troviamo, sia nella vita lavorativa, come nella vita privata.

**AGYLA Active** propone percorsi di educazione corporea sul luogo di lavoro, dando soluzioni pratiche su come favorire il benessere fisico al lavoro.

**AGYLA Active** lavora in prevenzione, attraverso l'uso di proposte motorie che stimolano il lavoratore a muoversi con competenza e semplicità sul posto di lavoro.

**AGYLA Active** focalizza l'attenzione alle diverse età e capacità lavorative, in una prospettiva di long age management.

### L'ATTIVITÀ CONSISTE IN

---

- Analisi preliminare dei movimenti e delle posture durante i cicli di lavoro sia passivi che con impegno fisico.
- Progettazione formativa personalizzata.
- Sessioni di didattica attiva, con l'apporto di specialisti nelle discipline motorie e fisiatriche.
- Apprendimento di azioni per la correzione e recupero posturale per piccoli gruppi.
- Apprendimento delle corrette posture statiche e dinamiche durante il lavoro, in presenza di carichi passivi, movimenti ripetitivi e nell'assistenza di persone con limitata autosufficienza.
- Esercitazioni d'aula e follow-up per una autonoma e continuativa applicazione pratica sia al lavoro che a casa, grazie all'agevole Active book fornito ad ogni partecipante.
- Possibilità di personalizzare i programmi in base alle condizioni fisiche, all'età, alla mansione e a condizioni di genere come nella gravidanza.





# AGYLA NUTRITION

EDUCAZIONE ALIMENTARE PER STILI DI VITA PIÙ SANI

Nutrirsi in modo sano e corretto è fondamentale per mantenersi in buona salute e in forma.

Passando gran parte della nostra giornata nell'ambiente di lavoro, un'alimentazione equilibrata e sana diventa un bisogno fondamentale per il benessere dei lavoratori. Un corretto stile alimentare può aiutare a migliorare il rendimento sul lavoro; può prevenire malattie come l'obesità, l'ipertensione, il diabete, ecc.

Fattori che influiscono sul benessere individuale e che possono diminuire la partecipazione alla vita attiva e lavorativa.

Attraverso la conoscenza delle basi dell'alimentazione, dei principali nutrienti, delle loro funzioni all'interno del nostro corpo e dei principali gruppi alimentari, nonché della gestione dell'appetito sul luogo di lavoro, **AGYLA Nutrition** accompagna il lavoratore a conoscere meglio il proprio corpo e a curarsi della propria alimentazione da protagonista, per vivere in sano equilibrio sia a casa che al lavoro.

**AGYLA Nutrition** propone spunti e suggerimenti per stili di vita più sani, a cominciare da come ci nutriamo nelle pause di lavoro. I temi di educazione alimentare vengono trattati da esperti in scienze dell'alimentazione.

## L'ATTIVITÀ CONSISTE IN

---

- Programmi di formazione ed educazione alimentare.
  - Consulenza individualizzata sui programmi alimentari.
  - Riorganizzazione in azienda della mensa e dei distributori automatici.
-

# AGYLA MIND

## PROMOZIONE DEL BENESSERE MENTALE

Evidenze scientifiche dimostrano, ormai inequivocabilmente, la stretta relazione che sussiste tra clima organizzativo e benessere personale, e quanto l'equilibrio tra questi due livelli si rifletta sulle performance e la fidelizzazione delle risorse umane.

Indipendentemente dalla fiducia che l'organizzazione ripone nel valore del prodotto o del servizio offerto, un ambiente lavorativo che promuove la salute, la soddisfazione e la felicità dei dipendenti può rendere l'azienda più attrattiva e competitiva sul mercato.

**AGYLA Mind** si pone l'obiettivo di costruire con l'azienda una strategia per la promozione del benessere psicosociale e la crescita del capitale umano, attraverso programmi che vanno dalla valutazione e prevenzione dei fattori di stress, alla formazione e sensibilizzazione delle risorse, al supporto individuale o di gruppo, fino alla consulenza di profilo psicologico personalizzata.

**AGYLA Mind** guida le persone impegnate in azienda verso una riforma nella cultura sociale ed aziendale fornendo tecniche e strumenti adatti a preservare e migliorare il benessere mentale sul luogo di lavoro.

**AGYLA Mind** si rivolge a tutti i ruoli dell'organizzazione, e si avvale dell'apporto professionale di esperti in psicologia del lavoro e coach certificati.





## L'ATTIVITÀ CONSISTE IN

---

- ◆ **Analisi del contesto, con le figure chiave dell'organizzazione e definizione del fabbisogno**
- ◆ **Progettazione di percorsi per affrontare, risolvere o prevenire situazioni di vulnerabilità e di rischio psicosociale, affrontate con gli strumenti e le competenze della psicologia del lavoro.**

**Tra queste e non solo:**

- Conflittualità, difficoltà nella comunicazione, mobbing, molestie e violenza verbale.
  - Squilibrio nelle differenze di genere.
  - Stress lavoro correlato, analisi di clima e soddisfazione del personale.
  - Condizioni di disagio, fragilità personali.
  - Lotta alle dipendenze da abuso di sostanze psicotrope, alcol e fumo.
- ◆ **Progettazione di percorsi per migliorare e mantenere attrattive le organizzazioni attraverso:**
- Promozione della cultura del benessere in azienda.
  - Programmi per lo sviluppo e il rafforzamento della leadership.
  - Programmi di crescita al fine di costruire relazioni fiduciarie e cooperative.
  - Programmi di crescita professionale e personale nello sviluppo delle soft-skill.
  - Analisi e miglioramento dei comportamenti (BBS).
  - Programmi di welfare aziendale.

---

**I servizi di AGYLA Mind di supporto psicologico possono essere investimenti interamente deducibili.**



**agyla**

**UN PROGETTO DI SEA CONSULENZE E SERVIZI**

VIA GIUSEPPE DI VITTORIO, 16

38015 LAVIS (TN)

TEL: +39 0461 433 433

MAIL: [INFO@SEACONSULENZE.IT](mailto:INFO@SEACONSULENZE.IT)

*SI RINGRAZIA COOP. AMICA PER  
LA PREZIOSA COLLABORAZIONE.*



[seaconsulenze.it](http://seaconsulenze.it)



CONSULENZE E SERVIZI