



PercoRSIC
FVG



SEMINARI / WORKSHOP / FOCUS GROUP

RSI E WELFARE AZIENDALE



La coerenza cardiaca e lo Yoga della Risata: due buone pratiche per la produttività

In un contesto lavorativo sempre più complesso e rapido, la produttività non dipende solo dalle competenze tecniche, ma anche dalla capacità di gestire lo stress e preservare lucidità mentale, creatività ed equilibrio.

L'incontro propone un'esperienza coinvolgente dedicata all'integrazione di due metodologie **scientificamente validate** — Yoga della Risata e Coerenza Cardiaca — per promuovere il benessere personale e migliorare le performance professionali.

Lara Lucaccioni con **Ilaria Raffin**, vi accompagneranno in un percorso pratico, pensato per capire come adottare questi metodi nei propri contesti organizzativi.

Nel corso dell'incontro sarà approfondito il valore sinergico di queste due discipline, capaci di agire sulla fisiologia delle persone e di generare effetti concreti e misurabili sul benessere dei collaboratori e sulla qualità delle performance organizzative.

Programma

Come passare da una cultura della performance basata sulla pressione, a una fondata sulla **massima prestazione sostenibile**, dove la salute della persona diventa il driver primario dello sviluppo organizzativo ed economico.

Relatrici:

Lara Lucaccioni, principale esperta italiana di **Coerenza Cardiaca** e una delle più influenti Master Trainer di **Yoga della Risata** a livello mondiale. Prima trainer italiana certificata dall'**HeartMath® Institute**, è autrice di best sellers sul tema.

Ilaria Raffin formatrice, consulente e imprenditrice pordenonese, esperta di "Scienza della Felicità" e benessere organizzativo.

È previsto il rilascio di un **Attestato di partecipazione**.

Sedi e date:

online, giovedì 23.04.2026
dalle 15.00 alle 17.00

Modalità di partecipazione

La partecipazione al seminario è gratuita.

Per motivi organizzativi, è richiesta la registrazione entro il 17.04.2026 attraverso la **form online** disponibile nella pagina web dedicata al seminario. Per garantire un confronto efficace, l'evento sarà limitato a 15-20 persone. Il seminario sarà attivato al raggiungimento del numero minimo di 5 presenze garantite.

Per informazioni IRES FVG

Alessia Comar, Marina De Tina,
Michela Rosso
mail percorsic@iresfvg.org
tel 0432 505479

L'iniziativa è realizzata nell'ambito del progetto PercoRSIC che beneficia del sostegno cofinanziato dal Fondo Sociale Europeo Plus della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia, nell'ambito dell'attuazione del PR FSE+.



Percorsic FVG

Verso un sistema regionale di imprese responsabili e sicure è il progetto a supporto delle imprese regionali per fornire conoscenze e metodologie utili a promuovere e sviluppare in azienda la cultura, i principi e le buone pratiche sulle tematiche della Responsabilità Sociale d'Impresa (RSI), del Welfare e della Salute e Sicurezza sul luogo di lavoro.

Gli interventi previsti

«Formazione sulla responsabilità sociale d'impresa (RSI) e sul welfare»

Per migliorare la qualità della vita lavorativa nelle imprese, diffondendo **la cultura e i principi relativi alla RSI e al welfare aziendale** e accompagnando le aziende verso nuovi modelli attuativi o societari (società benefit) anche sperimentali.

Attività previste

Seminari, Workshop/Focus Group

(da 2 a 4 ore) per approfondire e condividere azioni positive sui temi del welfare e della RSI.

Azioni di coaching (16 ore) per realizzare percorsi formativi rivolti a figure chiave delle imprese (massimo 3 partecipanti) per l'attuazione in azienda di modelli avanzati di welfare aziendale e RSI e/o societari (società benefit) o per sviluppare ambienti più favorevoli all'inserimento di target particolarmente vulnerabili (attività soggetta a De Minimis). I macrotemi di approfondimento sono:

- **Diversity Management e welfare aziendale: verso la qualità del lavoro**
- **Nuovi modelli organizzativi e di governance**
- **Filiera, clienti, catena di fornitura sostenibili**

«Diffusione della cultura della sicurezza»

Per aumentare il livello di sicurezza nelle imprese diffondendo la cultura e i principi relativi alla salute e sicurezza sul luogo di lavoro e accompagnandole verso modelli avanzati di prevenzione e sicurezza oltre gli obblighi di legge. Inoltre, attraverso il progetto, si intende favorire l'aggiornamento degli RLS/RLST/RLSS, i tutor aziendali e i tutor degli enti formativi accreditati sui temi della salute e sicurezza sul luogo di lavoro.

Attività previste

Seminari, Workshop/Focus Group

(da 2 a 4 ore) per approfondire e condividere azioni positive sui temi della salute e sicurezza sul luogo di lavoro e anche sulla prevenzione ed emersione del lavoro irregolare.

Azioni di coaching (16 ore) per realizzare percorsi formativi rivolti a figure chiave delle imprese (massimo 3 partecipanti) per l'attuazione in azienda di modelli avanzati di prevenzione e salute e sicurezza sui luoghi di lavoro, oltre gli obblighi di legge (attività soggetta a De Minimis). I macrotemi di approfondimento sono:

- **Come dare valore alla sicurezza**
- **Strategie e strumenti per migliorare la sicurezza**
- **Approcci innovativi e tecnologie emergenti**

Percorsi formativi (8 ore) rivolti a particolari figure (RLS e Tutor fino a massimo 3 partecipanti) su tematiche collegate alla salute e sicurezza nei luoghi di lavoro aggiuntive rispetto alla formazione obbligatoria per legge:

- **Percezione e comportamento attivo nella prevenzione dei rischi per RLS/RLST/RLSS**
- **Come organizzare uno stage più sicuro: ruolo e strumenti del tutor aziendale per Tutor AZIENDALI**
- **Come organizzare uno stage più sicuro: ruolo e strumenti del tutor formativo per Tutor FORMATIVI**

A chi si rivolge

I destinatari dei Seminari e dei Workshop/Focus Group sono imprenditori/trici e lavoratori/trici delle imprese del territorio regionale, rappresentanze delle organizzazioni sindacali dei lavoratori e delle associazioni datoriali o del partenariato regionale dell'associazionismo e delle ONG/imprese sociali.

Le azioni di coaching si rivolgono a lavoratori/trici e titolari di imprese con unità produttive in regione, mentre i percorsi formativi si rivolgono a RLS/RLST e RLS di sito produttivo, Tutor aziendali e Tutor formativi.

Per informazioni: IRES FVG Impresa Sociale tel 0432 505479 / fax 0432 513363 / percorsic@iresfvg.org

Referenti: Alessia Comar/ Chiara Cristini/ Marina De Tina/ Michela Rosso

L'IRES FVG Impresa Sociale è responsabile dell'intervento e capofila di una Associazione Temporanea (AT) che raggruppa i seguenti partner:



Collaborano alla promozione e alla realizzazione delle attività previste dal progetto anche i seguenti Partner di Rete:

