

BURNOUT

PREVENIRE VALE LA PENA

STRESS?

TROPPO LAVORO

INSONNIA

FRETTA

RESPONSABILITÀ

PROBLEMI A CASA

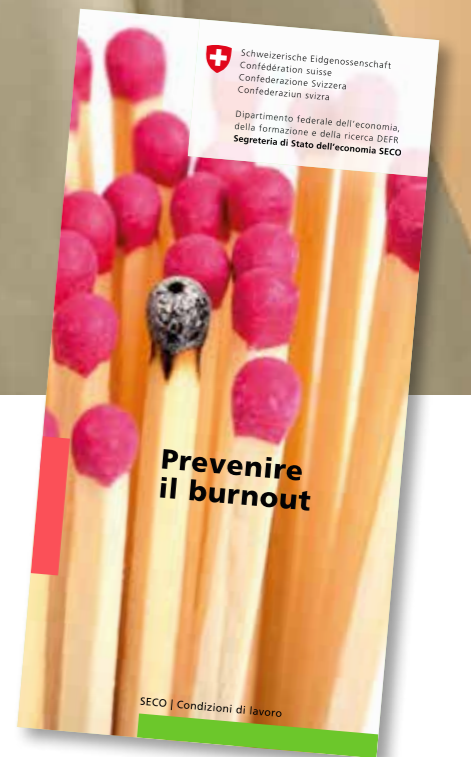
PROBLEMI ECONOMICI

FRUSTRAZIONE

PROBLEMI

PRESSIONE

il Falegname
l'uomo che fa
luomochefa.ch



Lo stress costa circa 5 Mrd. di CHF all'anno.
In Svizzera un lavoratore su quattro è esaurito. Tu! Come ti senti?

Esegui subito il test anonimo su www.stressnostress.ch/it/stress-check

Se non migliori con le misure proposte, contatta il tuo superiore o un aiuto professionale quale un medico o uno psicologo. L'esaurimento può anche avere cause fisiche che possono essere accertate attraverso una visita medica.

Informati. Questa brochure ti può aiutare. La trovi sotto: siko2000.ch/Kampagnen



APPREZZATI!
PROTEGGITI!

