



Niguarda road

Calendario WHP 2021

Come together



Ospedale Niguarda



Sistema Socio Sanitario
Regione
Lombardia



LUOGO
DI LAVORO
CHE PROMUOVE SALUTE
ENWHP

Il WHP - Workplace Health Promotion è un programma dell'Organizzazione mondiale della Sanità per la promozione della salute attraverso corretti stili di vita sul lavoro.

Il contesto lavorativo può essere infatti un potente volano culturale, motivazionale e di stimolo ad assumere comportamenti corretti per la propria salute, non solo rispetto ai rischi connessi all'attività lavorativa.

I luoghi di lavoro che fanno proprio tale programma incentivano e promuovono l'attività fisica, offrono opportunità per smettere di fumare, promuovono un'alimentazione sana, attuano misure per migliorare il benessere sul lavoro e oltre il lavoro, focalizzando l'attenzione sui seguenti domini della medicina preventiva, del benessere personale e sociale e conseguentemente di Sanità pubblica:

- la promozione di una **corretta alimentazione**
- il contrasto al **fumo di tabacco**
- la promozione dell'**attività fisica**
- la promozione della **sicurezza stradale** e di una **mobilità sostenibile**
- il contrasto al **consumo dannoso di alcol** e alle **altre dipendenze**
- la promozione del **benessere lavorativo** e della conciliazione vita-lavoro

Il Coronavirus ha costituito e continua a costituire un limite alla vita sociale, al nostro sistema di relazioni e alle occasioni aggregative a causa del distanziamento forzoso e della inibizione psicologica ed emotiva dovute alla paura.

Tuttavia con il Calendario del WHP 2021 che, non a caso abbiamo intitolato "*Come together*", uniti, ma distanziati, intendiamo pungolare con immagini ispirate alla cultura 'colta' e alla cultura pop il pigrone che è in ognuno di noi a prendersi cura di sé ogni giorno e a volersi bene.

Dal WHP un abbraccio capace di superare qualsiasi distanza.

Elisabetta Masturzo
Coordinatrice aziendale WHP

Con il patrocinio di:

 ATS Milano
Città Metropolitana

 ANMDO
Associazione Nazionale Medici Dirigenti Ospedalieri

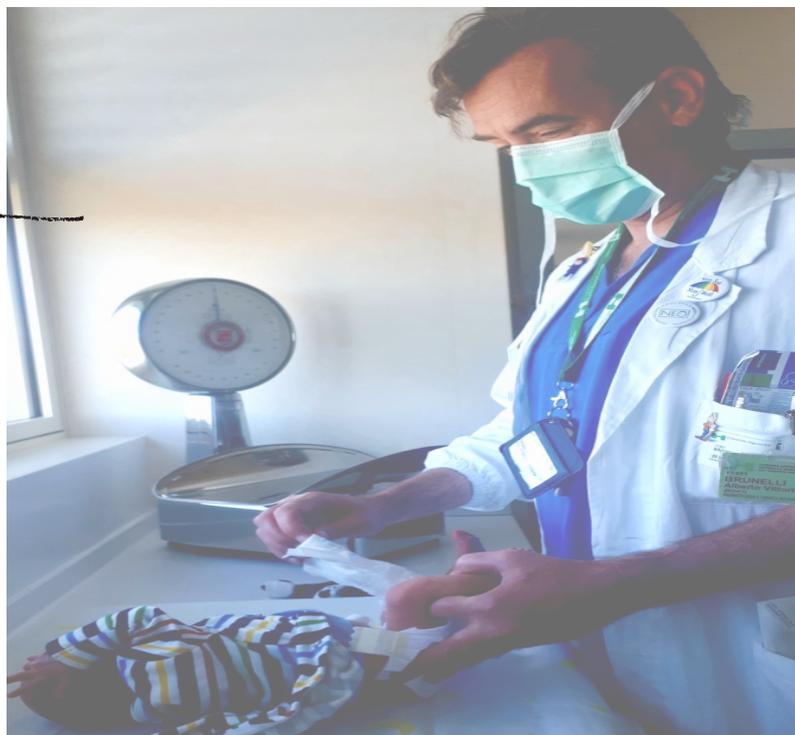
 Centro Nazionale Trapianti
 ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ

Gennaio

PARI OPPORTUNITA' E
CONCILIAZIONE
FAMIGLIA E LAVORO

“

*Dono d'amore
e di tempo
alla mamma*



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
				1 Giornata mondiale della pace	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27 Giorno della memoria	28 Giornata europea per la protezione dei dati personali	29	30	31 Giornata mondiale per i malati di lebbra

Febbraio

SPAZIO DI BENESSERE

“

Take your dog
to work



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
1	2 Giornata mondiale delle zone umide	3	4 Giornata mondiale per la lotta contro il cancro	5	6	7 Giornata contro il bullismo e il cyberbullismo
8	9	10 Giorno del ricordo	11 Giornata mondiale del malato	12 Darwin Day	13	14 San Valentino
15	16	17	18 Giornata della sindrome di Asperger	19	20 Giornata mondiale della giustizia sociale	21 Giornata internazionale della lingua madre
22	23	24	25	26	27	28

Marzo

CORRETTA
ALIMENTAZIONE

“

*Una mela al giorno
toglie il medico
di turno*



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
1	2	3 Giornata internazionale dell'udito	4	5	6	7
8 Giornata internazionale della donna	9	10	11	12	13	14
15	16 Giornata mondiale del servizio sociale	17 Giornata mondiale del sonno	18	19	20 Giornata internazionale della felicità	21 Giornata intern. contro la discriminazione razziale
22 Giornata mondiale dell'acqua	23 Giornata mondiale della meteorologia	24	25 Giornata contro la violazione dei diritti umani	26	27 Giornata mondiale del teatro	28
29	30	31				

Aprile

PROMOZIONE
ATTIVITA' FISICA

“

Lei (la scala)
ti ama



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
			1	2 Giornata mondiale per l'autismo	3	4
5	6 Giornata intern. dello sport per lo sviluppo e la pace	7 Giornata internazionale della salute	8	9	10	11
12	13 Giornata internazionale del bacio	14	15	16	17	18
19	20	21	22 Giornata mondiale della Terra	23	24 Giornata mondiale contro la meningite	25
26 Giornata mondiale della proprietà intellettuale	27 Giornata mondiale del disegno	28 Giornata mondiale delle vittime dell'amianto	29 Giornata internazionale della danza	30 Giornata internazionale del jazz		

Maggio

LOTTA ALLA
DIPENDENZA
DAL TABACCO

“

Non sono gli anni della tua vita che
contano, ma la vita nei tuoi anni.

Abramo Lincoln



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
					1 Festa dei lavoratori	2 Giornata mondiale della risata
3 Giornata mondiale della libertà di stampa	4	5 Giornata internazionale delle ostetriche	6	7	8 Giornata mondiale della croce rossa	9 Giornata mondiale della lentezza
10	11	12 Giornata internazionale dell'infermiere	13	14	15 Giornata internazionale delle famiglie	16
17 Giornata internazionale contro l'omofobia	18	19	20	21 Giornata della diversità culturale	22 Giornata internazionale della biodiversità	23
24 Giornata europea delle aree protette	25 Giornata mondiale dell'Africa	26	27	28	29	30
31 Giornata mondiale senza tabacco						

Giugno

ATTIVITÀ FISICA E
MOBILITÀ SOSTENIBILE

“

*I want to ride
my tandem bicycle*



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
	1	2	3 Giornata mondiale della bicicletta	4 Giornata intern. dei bambini vittime di aggressioni	5 Giornata mondiale dell'ambiente	6
7	8	9	10	11	12 Giornata mondiale contro il lavoro minorile	13
14 Giornata mondiale del donatore di sangue	15 Giornata del vento	16	17 Giornata mondiale della lotta alla desertificazione	18	19	20 Giornata mondiale dei profughi
21 Giornata mondiale della SLA	22	23	24	25	26 Giornata contro il traffico degli stupefacenti	27
28	29	30				

Luglio

CONCILIAZIONE
VITA - LAVORO

“

*Il gioco è il lavoro
del bambino*

Maria Montessori



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
			1 Giornata internazionale delle cooperative	2	3	4
5 Giornata di azione europea raccolta coperchi di plastica	6	7	8	9	10	11 Giornata mondiale della popolazione
12	13	14	15	16	17	18 Nelson Mandela International Day
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30 Giornata mondiale dell'amicizia	31	

Agosto

SPAZIO DI BENESSERE
E LIBERA-MENTE

“

Ogni lettore, quando legge,
legge se stesso.

Marcel Proust



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
						1
2	3	4	5	6	7	8
9 Giornata della gioventù	10	11	12	13 Giornata internazionale dei mancini	14	15
16	17	18	19 Giornata dell'orango	20	21	22
23 Giornata internazionale abolizione della schiavitù	24	25	26	27	28	29
30 Giornata internazionale dei desaparecidos	31					

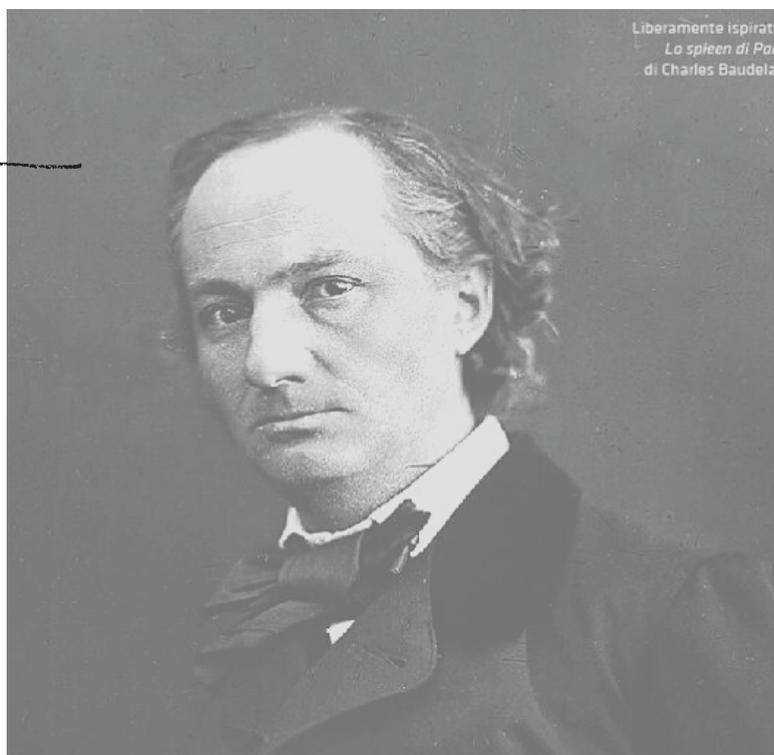
Settembre

CONTRASTO
ALLE DIPENDENZE

“

Ubriacatevi di vita, di
poesia e di virtù.

Liberamente ispirato
allo Spleen di Parigi



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
		1	2	3	4	5
6	7	8 Giornata internazionale della alfabetizzazione	9	10	11	12
13	14	15	16 Giornata internazionale protezione ozono stratosferico	17	18	19 International Talk Like a Pirate Day
20	21 Giornata internazionale della pace	22	23	24	25	26 Giornata delle lingue
27 Giornata mondiale del turismo	28 Giornata intern. dell'accesso universale alle informazioni	29 Giornata mondiale per il cuore	30			

Ottobre

BENESSERE ORGANIZZATIVO
SICUREZZA STRADALE
MOBILITÀ SOSTENIBILE
ATTIVITÀ FISICA

“

Come together



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
				1 Giornata internazionale delle persone anziane	2 Giornata della non violenza	3
4	5 Giornata mondiale degli insegnanti	6	7	8	9 Giornata mondiale della posta	10 Giornata contro la pena di morte
11	12	13 Giornata intern. per la riduzione del rischio da disastri naturali	14 Giornata mondiale della vista	15	16 Giornata europea per la rianimazione cardio polmonare	17 Giornata mondiale del rifiuto della miseria
18	19	20	21	22	23	24 Giornata delle Nazioni Unite
25	26	27 Giornata del patrimonio audiovisivo	28	29	30	31

Novembre

SPAZIO DI BENESSERE
E LIBERA-MENTE

“

*I bambini sono degli artisti nati;
il difficile sta nel fatto di restarlo
da grandi.*

P. Picasso



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
1	2	3	4	5	6 Giornata intern. prevenzione sfruttamento dell'ambiente	7
8	9	10	11	12	13 Giornata mondiale della gentilezza	14 Giornata mondiale del diabete
15	16 Giornata internazionale della tolleranza	17 Giornata della Prematurità	18	19 Giornata internazionale dell'uomo	20 Giornata universale del bambino	21 Giornata mondiale della televisione
22	23	24	25	26	27	28 Giornata internazionale contro la violenza sulle donne
29 Giornata intern. solidarietà per il popolo palestinese	30					

Dicembre

SPAZIO DI BENESSERE E
RI-CONCILIAZIONE

*Se ci diamo la mano
i miracoli si fanno e il giorno
di Natale durerà tutto l'anno.*

Gianni Rodari



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
		1 Giornata mondiale contro l'AIDS	2 Giornata internazionale per l'abolizione della schiavitù	3 Giornata internazionale per le persone con disabilità	4	5 Giornata internazionale dello sviluppo sociale
6	7	8	9 Giornata mondiale contro la corruzione	10 Giornata mondiale dei diritti umani e degli animali	11 Giornata internazionale della montagna	12
13	14	15	16	17	18 Giornata internazionale dei migranti	19
20 Giornata internazionale della solidarietà umana	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



Ospedale Niguarda



Regione
Lombardia

Sistema Socio Sanitario