

6th Newsletter

November, 2024



SwitchOff

Supporting worker's well being
during remote work

Project No: 2022-1-PL01-KA220-VET-000085734

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency (NA). Neither the European Union nor NA can be held responsible for them.

Un Percorso per Empowerment: Aiutare Lavoratori da Remoto e Manager a Disconnettersi

Con la conclusione del progetto SwitchOff, cogliamo l'occasione per riflettere su un incredibile percorso durato due anni. Insieme ai nostri partner di Polonia, Italia, Cipro, Portogallo, Grecia e Spagna, abbiamo sviluppato con successo strumenti innovativi, risorse e strategie per supportare lavoratori da remoto e manager nell'affrontare le sfide dell'equilibrio tra vita lavorativa e privata nell'era digitale.

I Nostri Risultati

Al centro del progetto SwitchOff: I Nostri Obiettivi Condivisi

- **Sensibilizzare** professionisti HR, manager e lavoratori da remoto sull'importanza del recupero e sul diritto alla disconnessione.
- **Fornire strumenti** ai lavoratori da remoto per prevenire il burnout e disconnettersi efficacemente al termine dell'orario di lavoro.
- **Dotare** i professionisti delle risorse umane e i manager di conoscenze pratiche per implementare politiche e promuovere pratiche lavorative sostenibili.

Risultati Chiave

Risorse di Impatto Sviluppate Durante il Progetto Toolkit:

Linee guida pratiche per l'uso efficace delle tecnologie digitali e per promuovere la capacità di disconnessione.

Programma di Formazione: Un curriculum personalizzato per professionisti HR e manager, mirato a supportare il recupero dei lavoratori da remoto.

Piattaforma di E-Learning: Comprensiva di uno strumento di auto-valutazione e materiali ricchi di contenuti, la piattaforma ha offerto best practices, politiche e percorsi di apprendimento interattivo per implementare strategie di recupero sostenibili.



SwitchOff

Supporting worker's well being
during remote work

Project No: 2022-1-PL01-KA220-VET-000085734

Sforzi Collaborativi

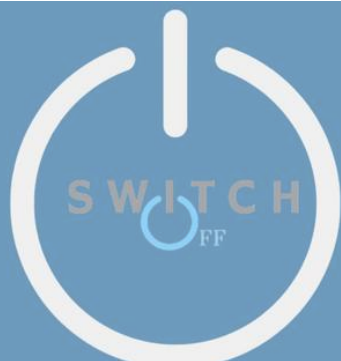
La partnership del progetto **SwitchOff** ha coinvolto:

- **Akademia Humanistyczno-Economiczna w Łodzi (Polonia)** – leader del progetto.
- **Università degli Studi di Verona (Italia).**
- **Neophytos Ch Charalambous Institute of Development Ltd (Cipro).**
- **Mindshift Talent Advisory IDA (Portogallo).**
- **Elliniki Etaireia Thetikis Psychologias (Grecia).**
- **CARDET (Cipro).**
- **Crea360 SL (Spagna).**

Riunioni online mensili hanno garantito una collaborazione costante, mentre due incontri in presenza — a Cipro e in Polonia — hanno rafforzato i legami tra i partner. La conferenza finale in Polonia è stata una conclusione perfetta, celebrando i risultati e l'impatto del progetto.

Guardando al Futuro

Uno dei traguardi più notevoli del progetto è stata la creazione di piani di sostenibilità da parte di tutti i partner, garantendo che le risorse e le conoscenze sviluppate durante **SwitchOff** continueranno a supportare professionisti e organizzazioni negli anni a venire.



SwitchOff

Supporting worker's well being
during remote work

Project No: 2022-1-PL01-KA220-VET-000085734



SwitchOff

Supporting worker's well being
during remote work

Project No: 2022-1-PL01-KA220-VET-000085734

Un Sentito Ringraziamento

Il successo del progetto SwitchOff non sarebbe stato possibile senza la dedizione e il lavoro di squadra di ogni partner coinvolto. Insieme, abbiamo trasformato idee iniziali in risultati concreti, affrontando una delle sfide più urgenti della nostra era digitale.

Con la conclusione di questo capitolo, vi invitiamo a continuare a utilizzare e condividere le risorse sviluppate grazie a SwitchOff. Impegniamoci a promuovere confini più sani tra lavoro e vita privata, garantendo a tutti il diritto di disconnettersi.

Grazie per aver fatto parte di questo viaggio!