

Indice

Prefazione , di <i>Fabio Pompei</i>	IX
1 Mi licenzio	1
Baudelaire	1
«Grazie mille»	4
La persona più importante della mia vita	11
Risultati e ben-Essere	15
Continuare a scolpire la statua	20
Tutto insieme	25
2 Well-being e salute	31
Il più alto livello di salute	31
Come posso fare la mia parte?	37
I quattro cavalieri dell'Apocalisse	39
Sempre più anziani	46
Prima che sia troppo tardi	47
Il lavoro che scotta	49
Il lavoro che aggancia	52
Corpo e mente in movimento	55
In principio era il corpo-mente	58
3 Welcome well-being	65
Non solo welfare, non solo wellness	65
Un benessere di sana e robusta Costituzione	72

E se il benessere fosse un'atmosfera?	80
Well-being at work	83
Guardiamo oltre	86
4 Well-being e felicità	91
Per Eliana	91
Economia del significato	93
Il vero guadagno è il significato	101
Architetture di benessere	105
Mitigare i rischi ESG	110
5 Well-being ed employer branding	121
Comunicazione come benessere	121
Multiforme e complessa	123
Il piano di employer branding	125
Una bella A	133
6 Make a well-being that matter	141
Fare la differenza	141
Assess (Well-being Index)	144
Plan	145
Implement	145
Che cosa abbiamo fatto durante il lockdown	152
Che cosa abbiamo fatto dopo il lockdown	154
Communicate	155
Outcomes della strategia di well-being	155
Ringraziamenti	159