

Continua l'investimento di Europcar Italia nel work life balance con ENERGYOGANT e "Felicemente stressati"

Roma, 20 Novembre 2017 – Proseguono le iniziative di Europcar Italia – branch di Europcar Group, leader dell'autonoleggio in Europa e uno dei principali player della mobilità – volte a conseguire effetti positivi sul benessere delle persone e sull'efficacia della vita professionale. Due le iniziative di wellness dedicate: un percorso di yoga e due eventi di edutainment dall'emblematico titolo "**Felicemente stressati**".

ENERGYOGANT è un percorso che si articola in **12 sessioni, con cadenza settimanale, che è erogato all'interno di EuropGym** – lo spazio fitness situato presso l'headquarter di Europcar Italia a Roma - guidato dalla Dott.ssa **Simona Cantiani**, Istruttrice Certificata di Hatha Yoga ed ideatrice di questo metodo. Nel corso degli incontri, attraverso la pratica yogica, i partecipanti hanno modo di apprendere metodologie di allineamento corpo-mente (tecniche respiratorie e posturali) efficaci per ottenere il risultato di una miglior centratura, serenità, energia e benessere. Inoltre, costituiscono parte integrante del percorso dei seminari sul tema della Nutrition Efficiency, curati da un'esperta naturopata, volti ad offrire cenni sul valore delle scelte nutrizionali per potenziare o depotenziare l'energia.

Felicemente Stressati con l'Ingegneria del Buon Umore! - è invece un format che si pone l'obiettivo di fornire ai partecipanti strumenti utili alla gestione del proprio stato d'animo in situazioni di stress e a sviluppare competenze relazionali positive. Ideato e presentato da **Terenzio Traisci** – psicologo del lavoro, esperto di Edutainment e Gestione dello Stress - il corso che si è appena concluso ha registrato la partecipazione di circa 100 dipendenti dell'Azienda ed ha offerto loro la possibilità di sperimentare e apprendere semplici esercizi di respirazione e postura, comunicazione e ascolto attivo che aiutano a creare uno stato d'animo positivo e mantenere Buon Umore sul lavoro e nella propria vita privata.

*"ENERGYOGANT e "Felicemente stressati" sono 2 iniziative che rientrano nell'ambito della nostra Corporate Social Responsibility legata, in particolare, al tema del work life balance con l'obiettivo di conseguire effetti migliorativi sul benessere dei Dipendenti - commenta **Maurizio Nelli, Human Resources & Quality Director.**- All'interno di ciascun team, qualunque sia il ruolo ricoperto, è fondamentale che ogni risorsa possa lavorare nelle migliori condizioni possibili, sviluppando il proprio equilibrio generale e incrementando la propria motivazione.*

Il successo riscosso dalle due iniziative, come testimoniano i riscontri ottenuti e l'elevato numero di adesioni, ci incoraggia a proseguire in questa direzione anche nel corso del prossimo anno."



Contatti: In Evidence per Europcar

Tel. +39 0115154600

Elena Todisco – e.todisco@inevidence.it

Maria Elena Badini – m.badini@inevidence.it

Susanna Tagliento – s.tagliento@inevidence.it

Gruppo Europcar

Il Gruppo Europcar è quotato alla Borsa Euronext di Parigi. Europcar è il leader europeo nel noleggio di autoveicoli oltre che uno dei principali attori nel mercato della mobilità. Attiva in oltre 130 Paesi e territori, includendo le nove filiali in Europa e le due in Australia e Nuova Zelanda, Europcar offre ai suoi clienti uno dei più grandi network di autonoleggio tramite le sue società interamente controllate, i franchising e i partner.

Il Gruppo opera principalmente con i brand Europcar®, InterRent® e Ubeeqo®. La customer satisfaction è al centro della mission della società e dei suoi dipendenti ed è il motore per la creazione e lo sviluppo continui di nuovi servizi. Europcar Lab, con sede a Parigi, è stato creato per rispondere alle sfide della mobilità di domani grazie a innovazione e investimenti strategici come Ubeeqo, E-Car Club o Brunel.