

Cos'è MyRelief

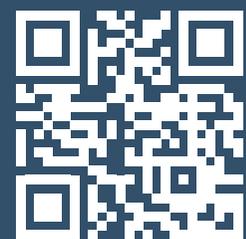
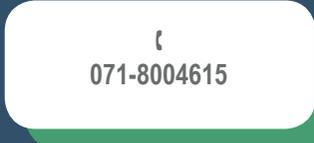
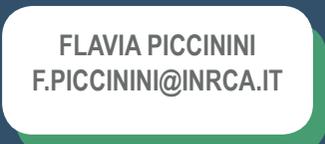
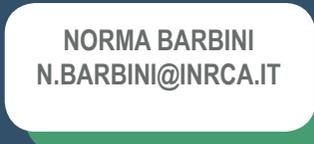
La gestione del dolore è uno degli aspetti più trascurati dai sistemi di cura e le persone che soffrono di dolore lombare cronico sono spesso lasciate senza informazioni, guida ed assistenza specifica.

Le terapie non-farmacologiche per la gestione e la diminuzione del dolore, quali la fisioterapia e l'attività fisica, possono fare molto per migliorare la situazione, ma la consapevolezza e l'aderenza dei pazienti sono ancora basse.

Obiettivo principale del progetto MY RELIEF è aumentare la consapevolezza dei lavoratori maturi (55 anni e più) circa i metodi per monitorare, limitare e affrontare il dolore lombare cronico in tutti gli ambiti di vita (lavoro, famiglia, tempo libero, ecc.)



PER MAGGIORI INFORMAZIONI:



Il supporto della Commissione Europea per la produzione di questo dépliant, non implica l'approvazione dei suoi contenuti che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'utilizzo delle informazioni in esso contenute.

MyRelief



**FORMAZIONE ERGONOMICA,
AUTOGESTIONE E STRATEGIE
COMPORAMENTALI PER LAVORATORI
MATURI AFFETTI DA DOLORE LOM-
BARE CRONICO.**



Cofinanziato dal programma Erasmus+ dell'Unione europea

2018-1-SE01-KA204-039144

DESTINATARI

Il dolore lombare cronico è una delle principali cause, a livello mondiale, di limitazione funzionale e assenza dal posto di lavoro, con conseguenti costi individuali, familiari, sociali e occupazionali.

(Lidgren, 2003; Kent & Keating, 2005; Thelin et al., 2008)



Questa problematica risulta essere particolarmente rilevante per i lavoratori maturi, in particolare se impegnati in occupazioni sedentarie o usuranti che possono contribuire a determinare una situazione di cronicizzazione della patologia

destinatari primari

lavoratori maturi (55 anni e più) affetti da dolore lombare cronico

destinatari secondari

datori di lavoro, associazioni datoriali, sindacati, associazioni di pazienti, centri clinici per il dolore cronico e altri soggetti potenzialmente interessati.

PRODOTTI FINALI

1

VIDEO FORMATIVI MULTIMEDIALI
CON LAVORATORI ED ESPERTI

2

MANUALE EDUCATIVO
PER IL BENESSERE FISICO E MENTALE

3

GIOCO DIGITALE PER
L'AUTOVALUTAZIONE DEL DOLORE

4

PIATTAFORMA PER LA FORMAZIONE
ONLINE (MOOC)

PARTNER



LUND UNIVERSITY



virtualcampus

