

Insonnia, cefalea, problemi all'apparato digestivo, esaurimento, apatia, nervosismo, sudorazione, tremori, disturbi cardiovascolari e aggressività sono alcuni sintomi dello stress lavoro correlato.

Si tende a non associarli alla propria attività lavorativa mentre spesso sono vere e proprie malattie professionali che in quanto tali devono essere denunciate.

Il lavoratore che è costretto a rivolgersi al proprio medico non risolve il problema alla radice. Prima di ammalarsi seriamente si può chiedere ed esigere un miglioramento delle condizioni di lavoro esistenti.

E' necessario rivolgersi al proprio sindacalista di riferimento per rivendicare il rispetto della legge 81/2008.

**Martedì 17 dicembre alle ore 18:00 a Pesaro in via Icaro n.17**

continueranno gli incontri iniziati a novembre sull'argomento S.L.C. con lezioni gratuite per gli iscritti alla FISAC/CGIL. Ekaterina Klark, insegnante di ashtanga yoga, continuerà a spiegare le tecniche per prevenire, affrontare lo stress e migliorare la vita lavorativa quotidiana.

---

**ALLEGATO:** [volantino con i riferimenti](#)