

**M&G**  
INVESTMENTS  
Esperti in multi-asset



«MI MANDA PINAULT»  
Ecco Marco Bizzarri  
Il nuovo uomo forte  
del gruppo Kering  
SACCHI A PAGINA 11



ALTAGAMMA  
Branchini: «Il lusso?  
Può salvare l'Europa»  
In tre anni +28 per cento  
FERRE A PAGINA 10

**M&G**  
INVESTMENTS  
Esperti in multi-asset

# CORRIERE ECONOMIA

MERCATI, IMPRESE, FINANZA

Direzione, Redazione, Amministrazione: Tipografia Via Solferino 28, Milano 20121  
Tel. 02/02.82.1 Servizio Clienti 02/33.79.75.1



## Osservatorio Formazione

### Corsi & innovazione

## Ora l'allenatore finisce in un'app E c'è anche il master di specializzazione

Visto che oggi il wellness va sempre più a braccetto con il wireless, due giovani startupper di Reggio Emilia laureati in ingegneria, Maurizio Binello e Paolo Gambini, hanno ideato «Yukendu», un'app che in senso traslato vuol dire «anche tu puoi farcela». L'applicazione offre servizi di coaching personalizzati online, via web e app (iOS e Android) e permette un'interazione a distanza tra cliente e specialista/coach. In pratica, tramite Skype, si è perennemente affiancati da un mentor. A cui chiedere suggerimenti, pareri, lasciandosi anche consigliare nel caso in cui sorgessero dubbi.

Oltre a programmi mirati, il personal trainer è a disposizione 360 giorni l'anno su ogni tipo di argomenti che vanno dall'alimentazione al fitness agli esercizi di relax, sempre orientati al proprio benessere psicofisico. Ogni cliente è infatti seguito da un professionista che adotta un approccio messo a punto con la collaborazione del Centro ricerche sulla psicologia della comunicazione dell'Università Cattolica. I due giovani si sono aggiudicati due bandi della Regione Emilia-Romagna destinati a start up innovative dal valore di 200 mila euro, mentre il fondo Zernike-Meta Ventures ha talmente creduto nell'idea che ha investito un milione di euro nella start up. Yukendu è «prevalentemente rivolto a con eser-

cizi che si possono fare a casa», spiega Gambini.

Suono e significato molto simile per Yucan, il primo master in Start Up Coaching, realizzato con il contributo di Italia Start Up. Durante il corso in programma a Roma non ci sarà solo teoria, ma tanto allenamento. Il master prevede infatti 120 ore di alta formazione professionale sulle tecniche di coaching con le più moderne metodologie esistenti, compatibili con lo studio e il lavoro, grazie alla combinazione di incontri serali settimanali (3 ore) e 2 weekend d'aula. C'è inoltre la possibilità di scegliere tra la frequenza al lab della capitale o direttamente da casa, in videoconferenza. Lo scopo, raccontano gli ideatori, «è formare coach professionisti e, in generale, persone che vogliono apprendere e sperimentare nuovi approcci, che acquisiscano nuovi occhi con cui guardare e affrontare le proprie sfide, sperando che diventino essi stessi un giorno portatori di rivoluzioni economiche e sociali».

### In equilibrio tra casa e famiglia

Si chiama Work-Life-Balance ed è il perfetto equilibrio di tempo da dedicare al lavoro e alla famiglia. The Co-

achingroup, una società di consulenza specializzata in formazione e coaching, supporta le aziende ma anche i dipendenti nel riuscire a conciliare al meglio le difficoltà che spesso s'incontrano sul lavoro e in casa.

«La maternità, ad esempio, viene vissuta dall'azienda come un momento di disorganizzazione e disagio — spiega la titolare Iolanda Rocco —. A volte viene comunicata tardi, ci sono sorprese, i rientri non sono sempre rispettati. Con il Mom-coaching aiutiamo le aziende e chi aspetta un bambino a trovare un nuovo equilibrio, accettando i cambiamenti e volgendoli in positivo. Aiutiamo le neomamme, ma anche tutte le donne che lavorano e hanno figli, a trovare nuove risorse per vivere meglio il cambiamento, le relazioni sul lavoro e in famiglia, a gestire il proprio tempo, le proprie ansie, a raggiungere i propri obiettivi».

E, dato che la società è cambiata, c'è anche il Dad-coaching, il supporto per i neopapà. «Il coach aiuta a diventare maggiormente consapevoli dei propri meccanismi mentali, dell'atteggiamento da adottare con le controparti (mogli, genitori, e così via), individuando quale è il comportamento migliore che può tornare utile per ottenere il massimo beneficio da sé e dagli altri», conclude la coach.

BA. MILL

© RIPRODUZIONE RISERVATA