

Programa Empresa Saludable

Eix 2: Escolta activa i enfocament bottom-up



Hackathon Empresa Saludable

06/11/2019



AJUNTAMENT DE
SANT BOI DE LLOBREGAT

SOC

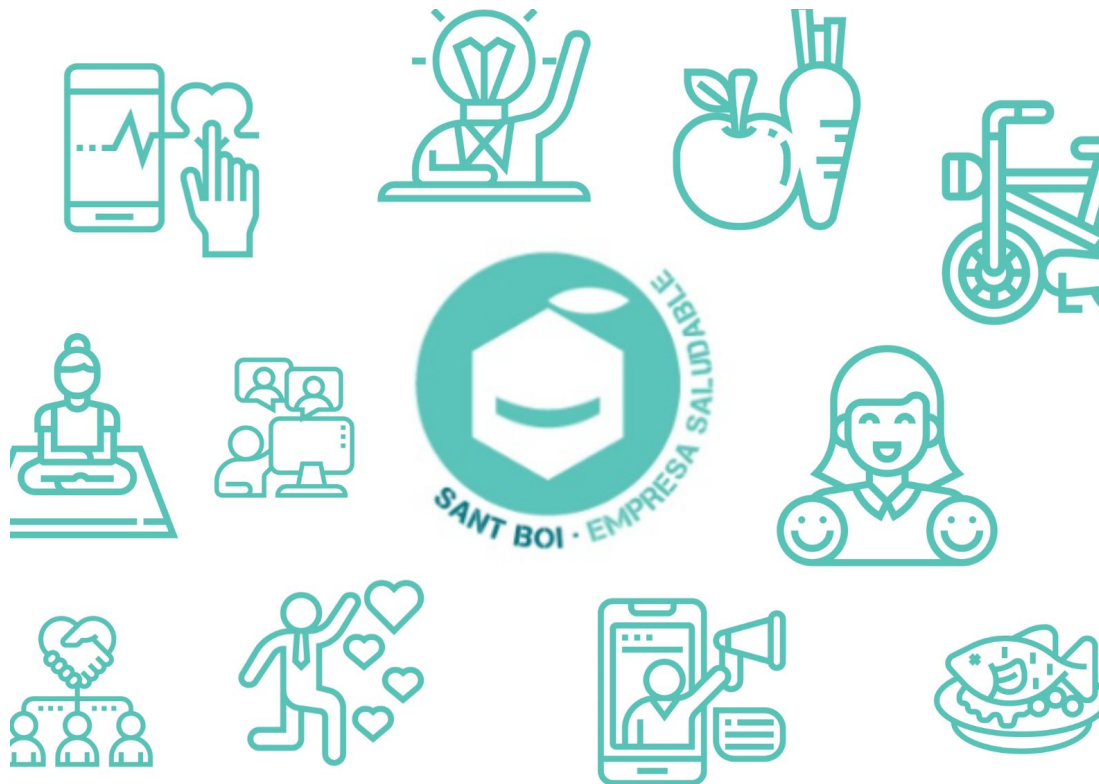
Servei d'Ocupació
de Catalunya



**Generalitat
de Catalunya**

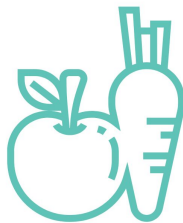


HACKATHON EMPRESA SALUDABLE

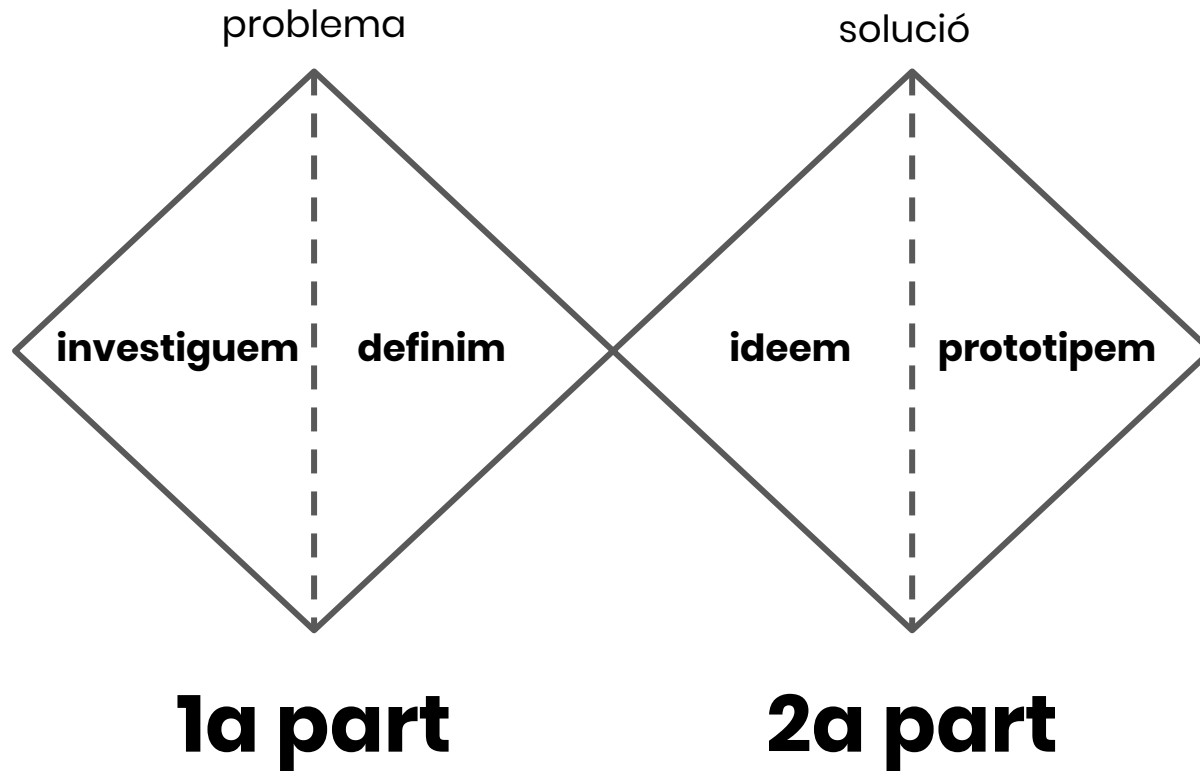


Tenim un repte comú

**¿Com podem, els/les treballadors/es,
implicar-nos activament
per millorar el nostre estat
físic, emocional i mental
en el nostre lloc de feina?**



Fases de la hackathon



¿Per què nosaltres, els/les treballadors/es, no sempre ens impliquem en programes de millora de salut a la feina?

Algunes idees inicials:

- Actitud passiva i falta de motivació i compromís.
- No s'entén la relació salut/treball. Tendència a pensar que la salut entra dins de l'àmbit personal. Només es proposen activitats fora de l'horari laboral.
- Manca de temps i de rutines. La salut no es veu prioritaria per temes de producció i agenda.
- Manca de formació i informació al respecte. Desconeixement de l'existència de programes de salut a la feina. Desconeixement sobre com incorporar la salut a l'activitat laboral.
- No es consulta als treballadors. Imposició de la solució, la qual cosa genera manca d'impliació des del principi
- Desconeixement d'eines adequades. Manca de rigor tècnic mèdic i mesures massa generals que no s'adapten a les necessitats personals.
- Manca de continuïtat i d'anàlisis dels propostes, i per tant no es poden millorar.

Problemes principals

detectats i treballats durant la Hackathon

-  Els programes son GENERALISTES i no es fan ANÀLISIS PREVIS de les necessitats a l'organització.
-  Manca d'INFORMACIÓ d'impacte amb FORMACIÓ contínua per assolir la sensibilitat de la salut a la feina.
-  Manca de COHESIÓ i IMPLICACIÓ de tots els actors
-  Manca de DIAGNOSI i de SEGMENTACIÓ

Com podriem solucionar els problemes detectats?

Els/les treballadors/es han destacat la importància de:

- ✓ **Realitzar anàlisis previs** per detectar necessitats i interessos dels treballadors.
- ✓ **Oferir informació i formació** per generar nous hàbits saludables.
- ✓ **Generar grups de treball participatius** per poder implicar i motivar a les diferents persones que formen part de l'organització.
- ✓ **Avaluar les accions** per poder millorar-les o definir nous objectius.
- ✓ **Reforçar la relació** de l'àmbit laboral amb l'àmbit privat.
- ✓ **Assegurar la continuïtat** de les accions en el temps.

ANNEX

**Idees i prototips
de cada grup**

[1]

PROBLEMA 1

Els programes son GENERALISTES i no es fan ANÀLISIS PREVIS de les necessitats a l'organització.

Per tant no és fàcil incorporar-los a l'àmbit laboral i personal.

VALIDACIÓ DEL PROBLEMA:

- ✓ Cal partir d'un bon diagnòstic, ja que pot haver-hi grups professionals diferents, grups d'edat, diferències culturals, etc.
- ✓ Falta de sensibilització, formació i seguiment. Que sigui un programa continuat en el temps amb un objectiu concret.
- ✓ Vassos comunicants entre àmbit laboral i àmbit personal.

SOLUCIÓ 1

TENIM UN PLA SALUDABLE!

Elaboració d'un pla saludable amb contingut tècnic i objectius clars.

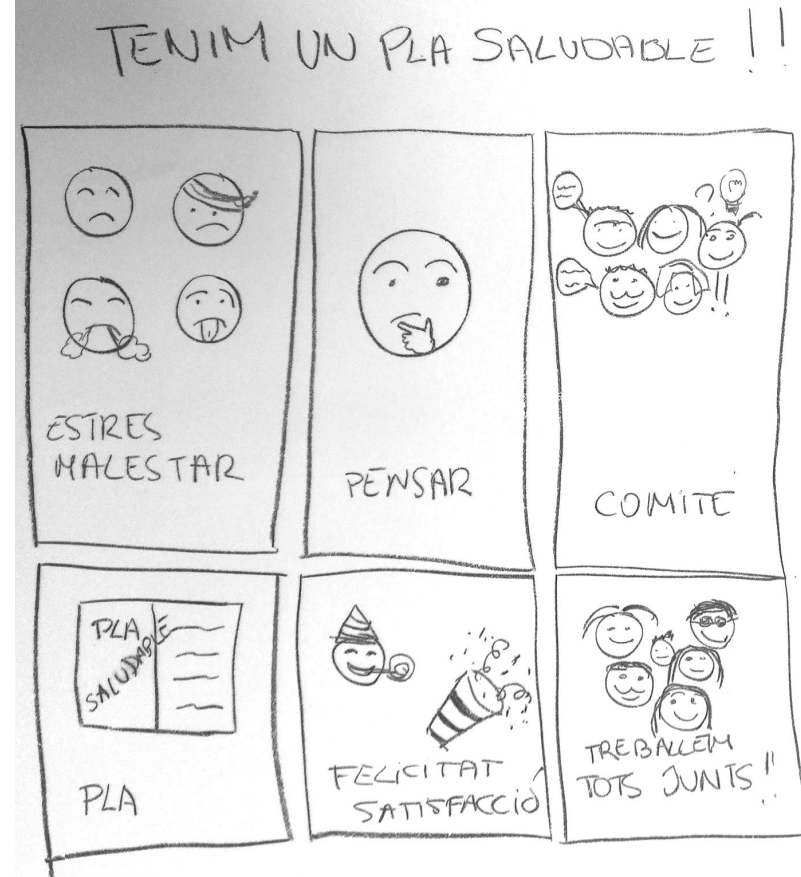
Per poder elaborar el pla, s'ha de realitzar un **anàlisi previ**:

- Epidemiologic
- Tipus d'empresa i llocs de feina
- Tipus de treballador (*edat, estat de salut, etc*)

A banda de l'elaboració del pla, s'han de facilitar els **mitjans adequats** per executar-lo.

Aquest pla ha de ser **continuat en el temps** i s'ha de definir **indicadors** per poder valorar resultats.

Redefinir objectius i aplicar millores en funció dels resultats obtinguts.



SOLUCIÓ 1

TENIM UN PLA SALUDABLE!

Característiques principals:

- ✓ La solució s'implementa a través d'un **comité transversal** (drieccio, treballadors, sindicats, etc).
- ✓ **Es beneficien** empresa, treballadors, familiars dels treballadors, clients, proveïdors, i la societat.
- ✓ La solució s'implementa als **àmbits detectats** a l'anàlisi previ.
- ✓ **Riscos:**
 - Econòmics
 - Baixada graduada de la participació
- ✓ **Èxit:**
 - Més participació
 - Més motivació
 - Més creativitat

[2]

PROBLEMA 2

Falta d'INFORMACIÓ d'impacte amb FORMACIÓ contínua per assolir la sensibilitat de la salut a la feina.

VALIDACIÓ DEL PROBLEMA:

- ✓ Cal informació i formació bidireccional i continua
- ✓ Cal comunicació eficient amb impacte
- ✓ Cultura i sensibilització

SOLUCIÓ 2

CULTURA FÍSICA, EMOCIONAL, MENTAL I ESPIRITUAL DES DEL TREBALL

Definir un programa adaptat en base a una investigació i diagnòstic

Proposta de **formació personalitzada** segons necessitats i objectius.

Establir un **lloc adaptat** per desconectar mental i físicament, i de situacions personals.

Complementar-ho amb un **coach** personal o de l'empresa, planificat i periòdic.

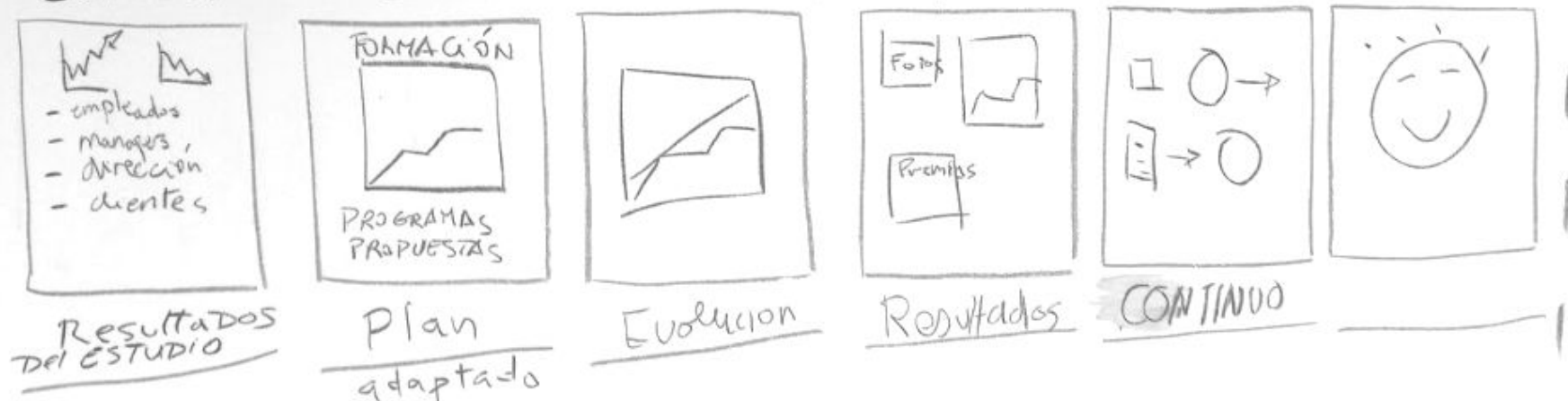
Visualització pública de **resultats**.

SOLUCIÓN 2

CULTURA FÍSICA, EMOCIONAL, MENTAL I ESPIRITUAL DES DEL TREBALL



Cultura de la salud, física, emocional, mental y espiritual desde el Trabajo



SOLUCIÓ 2

CULTURA FÍSICA, EMOCIONAL, MENTAL I ESPIRITUAL DES DEL TREBALL

Característiques principals:

- ✓ La solució s'implementa **des de la direcció cap a tota l'empresa**
- ✓ **Es beneficien** l'empresa, treballadors i càrrecs intermitjos, accionistes i clients
- ✓ La solució s'implementa en el **centre de treball** i en la **vida quotidiana**.
- ✓ **Riscos:**
 - Falta de participació
 - Imposició de la solució sense consultar
 - Falta de continuïtat
 - Falta de recursos
- ✓ **Èxit:**
 - Participació
 - Resultats
 - Sensibilització

[3]

PROBLEMA 3

Manca de COHESIÓ i d'IMPLICACIÓ de tots els actors

VALIDACIÓ DEL PROBLEMA:

- ✓ Sensibilització amb hàbits saludable si de forma continuada.
- ✓ Crear un hàbit a través de beneficis.
- ✓ Treballador ha de sentir-se com a part d'un grup

SOLUCIÓ 3

MILLORA DEL BENESTAR GLOBAL

Promoure la **participació activa** de tots els estaments per motivar-los (co-responsabilitat).

Generació d'un **hàbit** "imposat" en un principi.

Establir un **canvi motivador** cap al que es vol aconseguir (salut / nutrició / productivitat).

Agendar **activitats regulars** en el temps.

Vinclar les activitats amb els **interessos** del personal de tots els estaments de l'empresa.

SOLUCIÓ 3

MILLORA DEL BENESTAR GLOBAL



SOLUCIÓ 3

MILLORA EL BENESTAR GLOBAL

Característiques principals:

- ✓ La solució s'implementa des de la direcció i una comissió de seguiment, per fomentar la **co-participació**.
- ✓ **Es beneficia** tothom!
- ✓ La solució s'implementa a l'**àmbit laboral** amb continuïtat i indicència en l'**àmbit privat**.
- ✓ **Riscos:**
 - Poca implicació
 - Manca de recursos
 - Deslocalització del personal
- ✓ **Èxit:**
 - Augment del benestar personal i laboral
 - Augment de la productivitat
 - Millora del clima laboral

[4]

PROBLEMA 4

Manca de DIAGNOSI i de SEGMENTACIÓ

VALIDACIÓ DEL PROBLEMA:

- ✓ Falta de diagnostic i segmentació (*edat, sexe, diversitat cultural, tipus de feina, etc.*)
- ✓ Cal panificació, informació i formació.
- ✓ Necessitat de treballar i família

SOLUCIÓ 4

PLA DE SALUT INTEGRAL I INTEGRADOR

Anàlisi inicial i avaluació periòdica de la salut dels treballadors

Primer, s'ha d'avaluar de què disposem ja com a **punt de partida** (RSC, clima, etc) en un entorn participatiu.

Realitzar una **campanya informativa** de sensibilització per explicar el pla de salut.

Realitzar una **enquesta inicial** per detectar necessitats i valorar el pla de salut proposat. Es defineixen indicadors per part de tots els treballadors.

S'implementen **accions** i s'avaluen a través d'una **enquesat final**.

Es pot implicar a les **famílies**.

L'objectiu final és el **benestar i la felicitat**.



SOLUCIÓ 4

PLA DE SALUT INTEGRAL I INTEGRADOR

Característiques principals:

- ✓ La solució s'implementa a través d'un **grup de treball multi- i inter-disciplinar** que representi a tota l'empresa .
- ✓ **Es beneficien** totes les persones de l'empresa, clients, proveïdors, famílies i societat en general.
- ✓ La solució s'implementa en a través d'una **prova pilot** representativa.
- ✓ **Riscos:**
 - Baixa participació
 - Segmentació incorrecta
- ✓ **Èxit:**
 - Alta participació

GRÀCIES!



Aquesta acció està subvencionada pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya i l'FSE en el marc dels Programes de suport al desenvolupament local



AJUNTAMENT DE
SANT BOI DE LLOBREGAT

SOC

Servei d'Ocupació
de Catalunya



**Generalitat
de Catalunya**

