

Empresa saludable i millora de resultats



Can Muntanyola
Centre de Serveis
a les Empreses



Vols atreure o **retenir** les persones amb talent i coneixements a la teva empresa?

Vols tenir **equips implicats**, innovadors i disposats al canvi?

Vols millorar el clima laboral, l'absentisme i el **rendiment** dels teus treballadors?

Saps quines són les **actuacions** al teu abast per ser una empresa saludable?

Saps que un pla d'empresa saludable està **a l'abast** de totes les empreses, sense limitació per sector o dimensió?

Saps que hi ha molts **casos** d'empreses saludables al teu voltant?

Vols saber per on començar?
T'ho expliquem!

“La salut és un estat de benestar en què la persona és conscient de les seves pròpies capacitats, pot afrontar les tensions normals de la vida, pot treballar de forma productiva i fructífera, i és capaç de fer una contribució a la seva comunitat”.

Entorns laborals saludables: Fonaments i Models de la OMS

Què és una empresa saludable?

Un **programa d'Empresa Saludable** és un conjunt d'accions en l'àmbit de la salut i el benestar que es duen a terme a l'empresa de forma organitzada amb l'objectiu de **millorar la salut** dels seus integrants i, gràcies a una millora de la salut, **augmentar el rendiment i la motivació laboral**. És de caràcter voluntari (per ambdues parts) i parteix de l'anàlisi de la realitat de l'empresa.

La seva implementació està alineada amb els següents ODS:



Un programa d'empresa saludable requereix fixar uns **objectius**, uns **terminis d'execució**, unes persones **responsables**, i disposar de **recursos i inversió econòmica**.

També és clau comptar amb una **estratègia de comunicació interna** tant per la creació com per la presentació i promoció del programa entre la plantilla.

I un **mesurament periòdic** de l'evolució dels indicadors de salut i el valor de la inversió.

Les diferents àrees de la salut que es poden incloure en el programa són:



Física

(activitat física, alimentació, descans)



Emocional

(mental, psicològica, gestió de l'estrès...)



Social

(comunicació assertiva, ...)



Mediambiental

(impacte del nostre dia a dia en el medi ambient...)



Financera

(finances domèstiques, d'estalvi...)

Com mesurem els beneficis:

Tot i que en diverses ocasions s'ha pogut calcular el **ROI (retorn de la inversió)** dels plans de benestar laboral, aquesta tasca és complexa, ja que els beneficis solen observar-se a mitjà i llarg termini i molts d'ells són de caràcter intangible.

Tenint en compte intangibles com el nivell de compromís amb l'empresa, la satisfacció del client, però també l'augment de la productivitat o la reducció de l'índex de rotació, serà més adient parlar del **VOI (valor de la inversió)**.

Beneficis per a l'empresa

- Redueix els accidents de treball i les malalties professionals.
- Minimitza l'absentisme laboral.
- Augmenta el compromís del treballador amb l'empresa.
- Incrementa la productivitat.
- Millora el clima organitzacional.
- Enriqueix la imatge de l'empresa.
- Afavoreix la captació de talent.

Beneficis per a la persona empleada

- Augmenta la seva vinculació amb l'empresa (sent que l'empresa l'està cuidant).
- Reforça relacions amb persones de diferents àrees i càrrecs de l'empresa.
- Es beneficia de formacions, tallers, revisions preventives, activitats, etc., que l'ajuden a adoptar hàbits més saludables.
- Millora aspectes de salut.

Beneficis per a la comunitat

- Persones i empreses més saludables tenen un major impacte positiu en l'entorn immediat (família, amics, comunitat).

Què diuen els estudis?

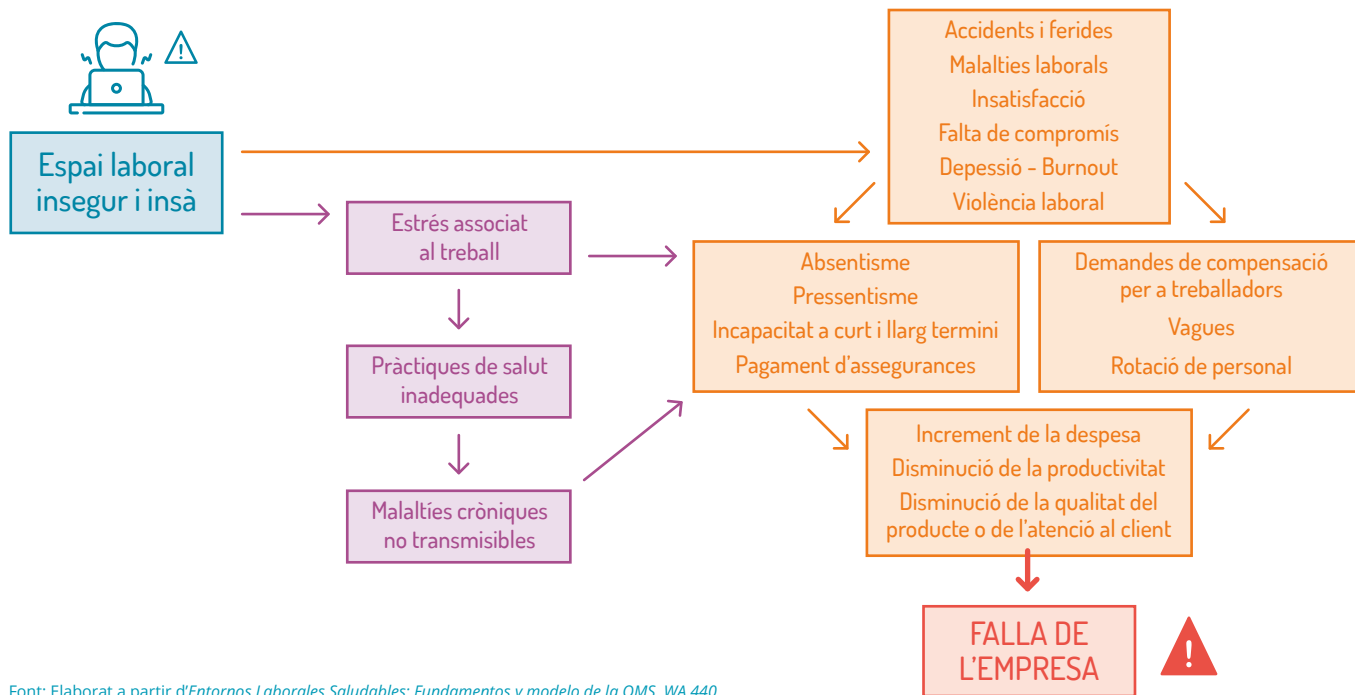
Organismes com *The World Economic Forum* i la *Red Europea de Promoción de la Salud en el Trabajo (ENWHP)* quantifiquen el retorn de la inversió dels programes de benestar laboral en:

2,54 € per cada euro invertit a Espanya
entre **2,5** i **4,8 €** en absentisme
entre **2,3** i **5,9 €** en costos de malalties

Costos laborals de no fer res

No fer cas a allò que genera malestar i inseguretat a l'organització pot generar inconvenients i despeses per a l'empresa.

L'INSST (Institut Nacional de Seguretat i Salut en el Treball) té una aplicació on es pot calcular el cost de no invertir en promoció de la salut en el treball.
<https://herramientasprl.insst.es/medicina/evaluacion-de-la-inversion-en-pst>



Què diuen els estudis?

Hi ha una correlació positiva entre el benestar dels empleats i el nivell de compromís amb l'organització.

Journal of Applied Psychology

Requisits per implementar un Pla d'Empresa Saludable amb èxit

1

Anàlisi inicial: Diagnòstic de riscos i necessitats

Comencem per realitzar un diagnòstic complet de l'estat actual de la salut laboral, que permetrà prioritzar les accions segons les àrees que tenen més impacte en la salut i el benestar. Aquest procés inclou:

- **Identificar els riscos físics i ambientals:** condicions ergonòmiques inadequades, espais amb poca ventilació o il·luminació insuficient.
- **Detectar riscos psicosocials:** estrès laboral, càrrega de treball excessiva o mala comunicació interna.
- **Analitzar les necessitats dels treballadors** mitjançant dades mèdiques agregades, enquestes, entrevistes o grups de discussió.

3

Formació i sensibilització: Involucrar tots els nivells de l'empresa

La participació activa de la plantilla i la direcció és essencial per a l'èxit d'una empresa saludable. Algunes accions clau són:

- **Formació per als directius i responsables d'equip** sobre lideratge saludable
- **Tallers per als empleats** en hàbits saludables.
- **Campanyes internes de sensibilització** amb materials visuals, butlletins informatius i dies temàtics sobre salut i benestar.

2

Pla d'acció: Definir objectius, polítiques i programes

Un cop identificades les necessitats, farem el pla d'acció amb els següents elements, i hi inclourem responsables, terminis d'execució i indicadors per avaluar l'èxit de cada acció:

- **Objectius específics i mesurables:** per exemple, reduir l'absentisme un 1% o disminuir les baixes per lesions musculoesquelètiques.
- **Polítiques de suport a la salut laboral:** establir horaris flexibles, promoure el teletreball, promoure les revisions mèdiques periòdiques, crear espais adequats per fer mobilitat i estiraments a les instal·lacions, mobiliari ergonòmic, promoure el desplaçament actiu amb incentius per l'ús de bicicletes o transport sostenible.
- **Programes i activitats concretes:** programes de promoció de l'activitat física (descomptes a centres esportius, caminades corporatives, activitat física en grup), alimentació saludable (oferta saludable a la cafeteria o màquines expenedores, organització de tallers de nutrició), programes de suport psicològic confidencial, cultura de reconeixement i valoració amb programes d'agraïment i motivació.

4

Seguiment i avaluació: Mesurar l'impacte i fer ajustos

La millora contínua és fonamental. Es recomana:

- **Establir indicadors clau de rendiment (KPIs)** per mesurar l'impacte de les accions implementades com, per exemple: nombre de baixes mèdiques reduïdes o millores en la satisfacció dels equips.
- **Realitzar revisions periòdiques** per identificar punts de millora.
- **Recollir el feedback dels empleats** per adaptar les polítiques segons les necessitats reals.

Exemple de planificació anual d'accions saludables

	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6	Mes 7	Mes 8	Mes 9	Mes 10	Mes 11	Mes 12	
Formacions													
Comunicacions													
Reptes													

Formacions: mínim de dues activitats/ formacions durant l'any per tal de donar-hi continuïtat. Han d'estar alineades amb les necessitats detectades.

Comunicacions: correus electrònics o articles a la intranet de forma periòdica per incentivar les activitats i reforçar el missatge.

Reptes: iniciatives col·lectives que permetin la superació personal i la cohesió d'equip. (per exemple: preparació d'una cursa, un canvi d'hàbits nutricional guiat, col·laborar amb una ONG, etc.)

Què diuen els estudis?

El **87%** dels empleats que reporten un alt nivell de benestar també reporten un alt nivell de compromís.

PwC

Cal començar de zero un pla d'empresa saludable?

Moltes empreses veuen complicat començar un projecte d'aquest tipus perquè pensen que cal començar de zero. Però moltes vegades, sense saber-ho, ja estan duent a terme moltes accions que incideixen en la salut i el benestar dels equips que les formen.

Per tant, només cal veure quines accions poden complementar les que ja s'estan realitzant, per arribar als objectius que ens hem marcat; ja sigui atreure o retenir talent, millorar el clima laboral o absentisme o tenir equips de treball més proactius i innovadors.

Possibles actuacions d'un pla saludable

Exemples d'actuacions que poden englobar-se en el pla de benestar:

Amb menys inversió

- Beneficis amb retribució flexible
- Ticket restaurant
- Ticket llar d'infants
- Ticket transport
- Descomptes en centres d'oci (spas, parcs temàtics...)
- Descomptes en productes de l'empresa

Entorn físic

- Missatges per fomentar la salut (positius)
- Millora l'entrada de llum natural
- Plantes i elements naturals
- Temperatura i ventilació
- Espais de descans informals
- Música ambiental suau

Conciliació

- Flexibilitat horària
- Teletreball
- Jornada intensiva els divendres
- Jornada intensiva tot l'any o alguns mesos
- Jornada intensiva vigília de festius
- Treball per objectius
- Bústia de suggeriments per a temes de conciliació
- Flexibilitat horària per dies laborables quan els nens no tenen escola
- Dies lliures addicionals
- Banc d'hores
- Fomentar desconexió digital

Salut física

- Menús saludables al menjador de l'empresa
- Càterings saludables per a esdeveniments o reunions
- Tallers de prevenció de malalties
- Màquines de vending amb productes saludables
- Reptes saludables per equips
- Promoure l'ús de les escales
- Programa de pauses actives
- Reunions caminant
- Formentar la hidratació
- Fomentar l'ús de bicicleta per anar al treball

Benestar emocional

- Arbre dels desitjos per Nadal
- Celebració d'èxits durant l'any
- Concurs de fotografies, idees...
- Pla de carrera
- Fomentar la promoció interna
- Fomentar el lideratge saludable
- Guia de definició del lideratge
- Potenciar el treball en equip
- Facilitar la comunicació ascendent i descendent

Impacte amb la societat

- Programes de voluntariat corporatiu
- Campanyes solidàries: Banc dels aliments, recollida de joguets, etc.
- Fomentar el coneixement dels ODS dins l'organització
- Introduir els ODS en l'estratègia central de l'organització
- Participar en events comunitaris
- Recolzar el comerç local
- Fomentar l'ús de transport públic

Amb inversió puntual (o 1 cop l'any)

- Plataforma de benestar corporatiu

Entorn físic

- Oficines segures i saludables
- Sala de silenci
- Espais per a la creació o el lleure dins de les instal·lacions
- Àrees de descans
- Dispositius i connectivitat
- Mobiliari ergonòmic
- Edifici sostenible (ocupació, energia, disseny, arquitectura, sostenibilitat)
- Insonorització bàsica
- Màquina de cafè o vending saludable

Conciliació

- Espais de lactància

Salut física

- Parquing de bicicletes
- Adquisició de material esportiu bàsic
- Organització d'events esportius puntuals
- Evaluacions ergonòmiques individuals
- Servei de fisioteràpia o massatges puntuals
- Instal·lació espai pauses actives o gimnàs bàsic

Benestar emocional

- Jornades familiars
- Establir plans d'igualtat i diversitat
- Evaluacions de clima laboral

Impacte amb la societat

- Implantar un pla de mobilitat
- Crear un programa de beques o pràctiques per estudiants de centres educatius del territori
- Patrocinar projectes socials o comunitaris

Què diuen els estudis?

Les empreses que implementen polítiques de benestar redueixen el seu índex de rotació fins a un

25%

Gallup. (2022). "The Business Case for Well-Being."

Formacions bonificables (o no)

- Cursos d'idiomes
- Formació en soft skills
- Cursos de desenvolupament professional

Entorn físic

- Formació d'ergonomia en el lloc de treball
- Ordre i organització en el lloc de treball (mètode 5 S)

Conciliació

- Formació en gestió del temps i productivitat
- Formació comandaments intermitjos en lideratge saludable

Salut física

- Tallers d'alimentació saludable
- Session d'activitat física i correcció postural
- Tallers de prevenció de malalties
- Campanyes de salut personalitzades (grups poblacionals)
- Sessions de ioga
- Campanya anti tabac
- Formació de primers auxilis i reanimació cardiopulmonar (RCP)

Benestar emocional

- Taller d'higiène de la son
- Taller de desconnexió digital
- Taller d'intel·ligència emocional
- Taller de gestió del temps
- Taller de gestió de l'estrés
- Sessió de meditació
- Taller de comunicació assertiva
- Taller de comunicació DISC

Impacte amb la societat

- Taller d'higiène de la son
- Taller de desconnexió digital
- Taller d'intel·ligència emocional
- Taller de gestió del temps
- Taller de gestió de l'estrés
- Sessió de meditació
- Taller de comunicació assertiva
- Taller de comunicació DISC

Què diuen els estudis?

1,5% addicional en productivitat en organitzacions que han implementat programes de benestar integral.

Journal of Occupational and Environmental Medicine

Amb més inversió

- Beneficis complementaris
- Ticket gasolina
- Ticket regal
- Assegurança de salut
- Assegurança de vida
- Pla de pensions
- Fons d'inversió / estalvi
- Cotxe d'empresa
- Plaça de pàrquing disponible

Entorn físic

- Reforma integral de les oficines
- Sistemes de climatització avançats
- Espais de coworking pel treball col·laboratiu
- Espais exterior ajardinats

Conciliació

- Vacances extra
- Celebracions d'efemèrides (setmana saludable, festa d'estiu, dia internacional de la felicitat,...)
- Política d'aniversaris
- Abandonament del lloc de treball per emergències personals o familiars
- Permisos no retribuïts per assistir a actes escolars de fills/filles
- Formació online o en horari de treball
- Servei de llar d'infants al centre de treball
- Beques d'estudis per a fills/filles
- Ajudes econòmiques paternitat-maternitat
- Ajuda econòmica o serveis cura persones dependents (majors o discapacitat)

Salut física

- Snacks saludables gratuïts
- Fisioteràpia al lloc de treball
- Organització de tornejos esportius corporatius
- Accés a aigua
- Subvenció per a entrada al gimnàs
- Gimnas online
- Entrenador personal
- Assessorament dietètic personalitzat
- Menjador empresa amb opcions saludables

Benestar emocional

- Activitats de teambuilding
- Servei de psicologia
- Coaching individual
- Coaching grupal
- Programa d'assistència a l'empleat en assessorament psicològic, legal i financer.
- Programa integral de benestar emocional

Impacte amb la societat

- Programes de voluntariat corporatiu
- Participació en programes socials en hores laborals
- Campanyes solidàries: Banc dels aliments, recollida de juguets, etc.
- Recolzar iniciatives socioculturals de l'entorn més proper
- Desenvolupar reptes solidaris

Certificacions

La manera més objectiva de poder dir si ets una empresa saludable és que t'avalui o et certifiqui una tercera part independent i en aquest àmbit, actualment, hi ha disponibles les següents certificacions.

Encara que certificar-se no és obligatori en l'actualitat, la certificació ajuda a ser constants en les accions saludables i és un reconeixement extern que ajuda a atreure talent.

Algunes certificacions d'Empresa Saludable existents són:

Empresa Saludable (AENOR)

Organisme Certificador: AENOR

Descripció: Certificació que avalua i acredita la integració de sistemes de gestió enfocats a la millora de la salut, la seguretat i el benestar dels treballadors.

Empresa Familiarment Responsable (EFR)

Organisme Certificador: Fundació Más familia

Descripció: Certificació que promou la conciliació laboral, personal i familiar, així com la igualtat i el respecte a la diversitat en l'entorn laboral.

Healthy Workplace Certification

Organisme Certificador: European Network for Workplace Health Promotion (ENWHP)

Descripció: Reconeixement europeu per a empreses que implementen pràctiques de salut i benestar integrals, des de l'ergonomia fins a programes de salut mental.

Top Employers Certification

Organisme Certificador: Top Employers Institute

Descripció: Acredita les empreses amb excel·lència en el desenvolupament de polítiques de recursos humans i benestar laboral, basant-se en bones pràctiques globals.

Great Place to Work

Organisme Certificador: Great Place to Work Institute

Descripció: Segell que certifica empreses amb un entorn laboral saludable i enfocat al benestar, basat en enquestes de clima laboral i bones pràctiques internes.

Certificació Well

Organisme Certificador: International WELL Building Institute (IWBI)

Descripció: Reconeix espais de treball dissenyats per millorar la salut i el benestar mitjançant criteris com qualitat de l'aire, l'aigua, la il·luminació, l'alimentació i el confort.

ISO 45003:2021

Organisme Certificador: ISO (International Organization for Standardization)

Descripció: Norma internacional centrada en la gestió de riscos psicosocials i el benestar mental en el lloc de treball.

Casos d'èxit propers

La Xarxa d'Empreses Saludables de Catalunya reconeix anualment les empreses que destaquen per les seves bones pràctiques en matèria de salut laboral i benestar dels seus treballadors. A continuació, es mostren sis exemples d'empreses de sectors i mides diferents que han rebut aquest reconeixement:



Petita empresa (sector comercial): Biocop

Sector: Alimentació ecològica

Seu: Lliçà de Vall

Treballadors: 50

Indicadors: baix índex de rotació i de baixes. Poca dificultat per trobar nou talent.

Biocop és una empresa familiar fundada el 1975. El 2019 entra a formar part d'un grup empresarial europeu d'empreses familiars en el sector ecològic. Aquesta aliança permet una posició més sòlida al mercat i aprofitar sinèrgies. L'anàlisi de dades i millora contínua com a base per ser més eficients i poder créixer. Externalitzen diversos serveis per comptar amb recolzament i assessorament actualitzat en tot moment.

Algunes de les seves accions són:

- **Pla estratègic:** Inclou les persones en un dels seus eixos: Negoci, Operacions, People, Social and environmental.
- **Conciliació:** 40% teletreball i flexibilitat horària
- **Definició clara de les funcions** de cada lloc de treball.
- **Retribució variable** per objectius d'empresa.
- **Formació** en funció del lloc laboral.
- **Espais dissenyats per a les persones** (doble pantalla i cadires ergonòmiques, jardí vertical, llum natural, vegetació exterior autòctona, espai exterior adaptat per treballar-hi...)

Mitjana empresa (sector industrial): Plasticband

Sector: Fabricació de maquinària i consumibles per a embalatge

Seu: Granollers

Treballadors: 60

Plasticband és una empresa familiar fundada el 1978. Inicialment dedicada a la fabricació de consumibles, especialment fleixos, posteriorment va expandir-se cap a la producció de maquinària per a embalatge, com les embolicadores i fleixadores.

Al setembre de 2023, van inaugurar una nova fàbrica verda a Granollers, dissenyada per minimitzar l'impacte ambiental.

Algunes de les seves accions són:

- **Organització i Metodologia de Treball: Lean Manufacturing: l'ADN de l'empresa.**
 - Formació per l'aplicació del sistema Lean en tots els processos.
 - Formació per l'integració de metodologies com SMED, Kanban i 5S per a l'eficiència operativa.
 - Auditories mensuals de 5S realitzades per un equip d'auditors interns.
 - Revisió contínua d'aspectes com la seguretat, la prevenció de riscos, els estàndards i els procediments, fomentant la millora contínua.
- **Gestió de Persones: Cultura d'empresa**
 - Baixa rotació i alt compromís del personal, amb molts treballadors de llarga trajectòria.
 - Piràmide de Valor, fonamental: el respecte.
 - Realització d'enquestes de clima laboral i accions basades en els resultats.
 - Equip de "persones clau" per detectar oportunitats de millora i donar suport als companys.

- **Gestió de Persones: Benestar i Cohesió**

- Celebracions com l'aniversari de l'empresa (barbacoes), Castanyada, jornades de portes obertes per a les famílies i sorteigs de Nadal.
- Activitats com tornejos de pàdel amb clients i proveïdors, team building, coaching i assessorament per a la cohesió d'equips.
- Espais verds i àrees agradables per menjar tant a l'interior com a l'exterior.

- **Sostenibilitat i Responsabilitat Ambiental:**

- Producció de fleixos, un amb 100% material reciclat i la resta amb percentatge cada cop més alt, fet que ha permès obtenir la certificació Recyclclass.
- Recollida fluvial com a acció social i ecològica.
- Instal·lació de plaques solars i ús d'energia 100% verda certificada.
- Zones verdes i criteris de sostenibilitat en el disseny d'instal·lacions.
- Aparcament per a bicicletes, patinets i cotxes elèctrics.

- **Innovació i Desenvolupament: ...**

- Disseny i desenvolupament de maquinària pròpia per a embalatge amb l'equip intern de R+D (Kaizen).
- Utilització de manipuladors ingràvids per millorar l'ergonomia en la manipulació de bobines i caixes a la producció.
- Reptes actuals: augment de la productivitat per empleat i estandardització de processos.

Gran empresa (sector industrial): Grup Dara

Sector: Fabricació de maquinària per a la indústria farmacèutica i biotecnològica

Seu: Granollers

Treballadors: 420

Dara Pharma impulsa, des de fa 2 anys, un Pla de Fidelització anomenat WE, desenvolupat pel departament de Team&Talent, que integra accions per millorar el benestar, la cohesió i el compromís del personal.

El pla es basa en quatre pilars principals:

- **We Enjoy:** Inclou iniciatives lúdiques i socials que promouen un ambient positiu dins i fora del lloc de treball. Activitats destacades: afterworks amb gran participació, concursos temàtics (fotografia, disfresses), celebracions anuals (Sant Jordi, Sant Joan, Nadal) i esdeveniments esportius com la Trail Walker o la Lliga de Pàdel.
- **We Care:** Aquest pilar promou la salut física, emocional i la responsabilitat social. Exemples d'iniciatives: campanyes de salut

amb Mútua Asepeyo, donació de sang, accions de prevenció del fetge gras, celebració del Dia de la Dona, campanyes ambientals i de mobilitat segura, i el foment de la inclusió laboral (#TodasyTodosSomosDistintos). També inclou accions de PRL com la creació d'un Safety Point i un Pla Estratègic de Prevenció.

- **We Build:** Accions orientades a l'acollida i integració de nous treballadors. Destaquen el Projecte Buddy, que assigna una persona referent a les noves incorporacions, i la plataforma Welcome Dara. També es duen a terme trobades mensuals (Start Break) per fer seguiment i compartir l'experiència del primer mes a l'empresa.
- **We Grow:** Engloba accions formatives per al creixement professional i personal. Destaquen la creació de la Dara Academy i itineraris formatius per a nous talents. També es disposa d'un espai d'e-learning per compartir coneixement de forma eficient dins l'organització.

Conclusió: Amb aquest conjunt de bones pràctiques, Dara Pharma mostra un ferm compromís per consolidar una cultura empresarial saludable, participativa i orientada al benestar integral dels seus treballadors.

Altres casos d'èxit



Petita empresa (sector comercial): Biogran

Sector: Alimentació ecològica

Seu: Agramunt

Treballadors: Menys de 50

Reconeixements: Premi Empresa Saludable 2020, Certificat Empresa Saludable 2018-2021

Biogran destaca per la seva filosofia empresarial basada en la salut i el benestar, tant dels seus empleats com dels seus clients.

Algunes de les seves accions en aquest àmbit són:

- **Productes saludables:** Oferta de productes ecològics i saludables a la botiga de l'empresa.
- **Alimentació saludable a l'empresa:** Menús equilibrats al menjador de l'empresa, opcions saludables a la cuina.
- **Horaris flexibles:** Possibilitat d'adaptar els horaris a les necessitats dels empleats.
- **Teletreball:** Opció de teletreball per a determinades funcions.
- **Formació en alimentació saludable:** Tallers sobre alimentació saludable, cuina ecològica, etc.

Mitjana empresa (sector serveis): MGS Seguros



Sector: Assegurances

Seu: Barcelona

Treballadors: Entre 500 i 1.000

Reconeixements: Premi Empresa Saludable 2022, Certificat Empresa Saludable 2019-2022

MGS Seguros destaca per la seva cultura de benestar laboral, que té com a objectiu crear un entorn de treball agradable i saludable per als seus empleats.

Algunes de les seves accions en aquest àmbit són:

- **Espai de treball ergonòmic:** Mobiliari adaptat, llocs de treball regulables en alçada, zones de descans i relaxació.
- **Formació en salut laboral:** Tallers sobre prevenció de riscos laborals, ergonomia, gestió de l'estrès, etc.
- **Promoció de la salut mental:** Servei d'atenció psicològica, programes d'atenció plena (*mindfulness*), formació en gestió de l'estrès.
- **Activitats de team building:** Organització d'activitats fora de l'horari laboral per fomentar la cohesió dels equips.

Gran empresa (sector industrial): SEAT

Sector: Automoció

Seu: Martorell

Treballadors: Més de 15.000

Reconeixements: Premi Empresa Saludable 2021, Certificat Empresa Saludable 2020-2023

SEAT destaca per la seva aposta per la salut i el benestar dels seus empleats, implementant diversos programes i accions en aquest àmbit.

Algunes de les seves accions en aquest àmbit són:

- **Promoció de l'activitat física:** Instal·lacions esportives a l'empresa, programes d'exercici físic dirigits, competicions esportives internes.
- **Alimentació saludable:** Menús equilibrats al menjador de l'empresa, opcions saludables a les màquines de venda automàtica, tallers de cuina saludable.
- **Salut mental:** Servei d'atenció psicològica, programes de prevenció de l'estrès, formació en gestió emocional.
- **Conciliació vida laboral i familiar:** Horaris flexibles, jornades reduïdes, teletreball, servei d'escola bressol.

Aquests són només alguns exemples d'empreses catalanes que han rebut reconeixements per les seves bones pràctiques en matèria de salut laboral i benestar dels seus treballadors.

La Xarxa d'Empreses Saludables de Catalunya és un recurs útil per a les empreses que volen implementar polítiques i programes en aquest àmbit i obtenir reconeixement pel seu compromís amb la salut dels seus empleats.

Què diuen els estudis?

Segons un estudi de la Universitat de Warwick, els empleats feliços són un **12%** més productius que els infeliços.

*Journal of Occupational and Environmental Medicine. (2020).
"Comprehensive Workplace Wellness Programs and Job Performance."*

Test de Salut Empresarial per a PIMES

Aquest breu test té com a objectiu proporcionar una visió general de l'estat de salut de la teva empresa, enfocant-se en aspectes clau que influeixen en el benestar dels empleats i el rendiment general. Respon amb sinceritat i utilitza els resultats per identificar àrees de millora.

Comunicació interna: La comunicació interna amb els empleats és regular sobre novetats, objectius i canvis?

1. Sí
2. Parcialment
3. No

Conciliació: S'ofereixen facilitats per a la conciliació de la vida personal i laboral?

1. Sí
2. Parcialment
3. No

Ambient laboral: L'ambient de treball és generalment positiu i agradable?

1. Sí
2. Parcialment
3. No

Reconeixement: Es reconeix regularment el bon treball dels empleats?

1. Sí
2. Parcialment
3. No

Desenvolupament professional: S'ofereixen oportunitats de formació o desenvolupament?

1. Sí
2. Parcialment
3. No

Prevenió de riscos laborals: Es compleixen les normatives i es proporciona la formació necessària?

1. Sí
2. Parcialment
3. No

Salut física: Es promouen hàbits de vida saludables entre els empleats?

1. Sí
2. Parcialment
3. No

Salut mental: Es presta atenció al benestar emocional dels empleats?

1. Sí
2. Parcialment
3. No

Lideratge: L'estil de lideratge és saludable (*) ?

1. Sí
2. Parcialment
3. No

Rotació de personal: La taxa de rotació de personal és baixa?

1. Sí
2. Parcialment
3. No

Puntuació:

Resposta "Sí" o equivalent positiu: 2 punts

Resposta "Parcialment" o equivalent mitjà: 1 punt

Resposta "No" o equivalent negatiu: 0 punts

I RECORDEU: El lideratge saludable és un estil de lideratge que fomenta un entorn de treball positiu, productiu i col·laboratiu. Es basa en la confiança, el respecte, la comunicació oberta i la responsabilitat compartida. Un líder saludable es preocupa per al benestar dels seus empleats, els motiva a créixer i desenvolupar-se, i els proporciona les eines i els recursos necessaris per tenir èxit.

En el següent enllaç Excel del líder saludable i no saludable.

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1TbZ7iY38S25V2BWvvpAU-f08O9a32Z9oXZaTzSWUxvhQ/edit?usp=sharing>

Interpretació dels resultats:

16-20 punts: Salut Òptima. L'empresa presenta un estat de salut excel·lent. Es prioritzen aspectes clau per al benestar dels empleats i el rendiment empresarial.

8-15 punts: Salut a Millorar. L'empresa presenta àrees de millora importants. Cal revisar i implementar accions per millorar el benestar i el rendiment.

0-7 punts: Vermell. L'empresa presenta deficiències significatives en aspectes clau de salut empresarial. Requereix una intervenció urgent per evitar conseqüències negatives.



Can Muntanyola
Centre de Serveis
a les Empreses

Contacta amb nosaltres si necessites suport:

Granollers Mercat, Servei d'Empresa i Emprenedoria
Promoció Econòmica, Ajuntament de Granollers
Carrer Camí del Mig, 22, Polígon Palou Nord
08401 Granollers + 34 93 861 4783

empresagm@granollers.cat

www.canmuntanyola.cat

A la Plataforma GRID Granollers es pot trobar més informació,
entre d'altres, sobre projectes cooperatius en aquest àmbit.

www.gridgranollers.com

Per a més informació sobre serveis relacionats amb la temàtica
i/o d'altres oferts, podeu consultar el Catàleg de serveis a la
indústria de Granollers Mercat en el següent enllaç:

***www.canmuntanyola.cat/programes-destacats/
apunts-tecnics-per-la-industria.html***




**Ajuntament
Granollers**


granollers *mercat*

Fitxes publicades:

Autocosum
Servitització
Comptabilitat energètica
Quantificació ambiental
Transformació digital
Certificacions ambientals
Contractes Bilaterals
Cobertes amb fibrociment
Mobilitat sostenible
Ciberseguretat bàsica
Certificats d'Estalvi Energètic (CAE)
Recull pràctiques sostenibles
Empresa saludable i equips

Properament:

Aigua a la indústria

Amb el suport de:

