

HUMANIZA TU EMPRESA

Programa *Despierta*

Modelo de empresa saludable





DEFINICIÓN

¿Qué es una empresa saludable?

Es aquella empresa en la que todas las personas que la integran, empresarios, directivos y trabajadores participan y colaboran para **promover, crear y proteger la salud, seguridad y bienestar del trabajador** y de su entorno como fórmula de sostenibilidad de la empresa dentro de un proceso de mejora continua.

Todo ello, conllevará un retorno traducido en mayor productividad, rentabilidad, y a la vez que una disminución de riesgos, accidentes, presentismo y absentismo.

CÓMO SOMOS

Metodología *Despierta*

- De la mano de profesionales con amplia experiencia dentro del ámbito de los recursos humanos, la gestión empresarial y la consultoría, unido a los conocimientos y vocación hacia el bienestar y salud integral de las personas.
- Promovemos modelos de sistemas de gestión de empresas saludables.
- Nos **apasiona** y **creemos** en lo que hacemos.
- Aportamos una visión externa, implicándonos de manera interna.

NUESTROS VALORES

- ✓ Compromiso
- ✓ Transparencia
- ✓ Calidad
- ✓ Cercanía





NUESTRO MODELO

Programa *Despierta*

El modelo consiste en un servicio que se va a integrar dentro del sistema de gestión de la empresa, aportando medidas y actuaciones con el objetivo de **mejorar la organización y condiciones de trabajo**, donde se parte del compromiso de la Empresa con la definición de una Política Saludable, Segura y Sostenible, fomentando la participación de todos, con el apoyo de especialistas y buscando el equilibrio entre la vida personal y laboral de las personas que integran la empresa y su entorno, con el propósito de mejorar su productividad.

Ámbito de aplicación

El trabajo del Programa se centra en las siguientes áreas, siguiendo las **directrices de la OMS**:



Ambiente físico de Trabajo

- Ergonomía



Ambiente Psicosocial

- Organización del Trabajo
- Cultura organizacional
- Liderazgo
- Conciliación e Igualdad



Hábitos Saludables*

- Actividad física.
- Alimentación adecuada.
- Descanso
- Salud mental
- Prevención del consumo de sustancias nocivas



Participación de la Empresa en la Comunidad

- RSC
- Políticas Medioambientales

* Revisión de la Actividad preventiva, supervisión a la adecuación a los requisitos legales.

Por qué elegir nuestro modelo

El **Programa Despierta** consiste en un conjunto multidisciplinar de acciones a corto plazo para que su efectividad permita una mayor rentabilidad y sostenibilidad de la empresa bajo un sistema de mejora continua.



Reducción del absentismo, accidentabilidad y coste de las enfermedades *



Mayor Rentabilidad y Aumento de la Productividad



Mejora del Clima laboral y relaciones interpersonales



Mejora de la Imagen corporativa, reputación y confianza **



Somos más que números



Empresa Innovadora y creativa. Liderazgo Consciente.

* Cada euro invertido en programas, genera un retorno de entre el **2,5 y 4,8€** en absentismo y de entre **2,3 y 5,9€** en costes de enfermedades (según datos obtenidos a través de la Red Europea de Promoción de la Salud en el Trabajo, ENWHP).

** Interna y externamente.

PROGRAMA DESPIERTA

Servicios *Despierta*

Disponemos de un amplio servicio de posibilidades que pueden adaptarse a su empresa.

- ✓ Asesoramiento
- ✓ Diagnóstico
- ✓ Propuesta
- ✓ Implantación

CATÁLOGO A LA CARTA

- Yoga y meditación
- Nutrición y hábitos saludables
- Fisioterapia
- Personal Training
- Gestión del estrés
- Acciones formativas
- Feng Shui
- Pilates
- Mindfulness
- Ergonomía y corrección postural
- Talleres específicos y charlas



¿Despertamos?



Malen Lull

Consultora empresa saludable
609 611 072
info@malenlull.com



Marga Pizà

Consultora empresa saludable
648 152 953
proyectos@blanc-consulting.com