

**XXVI DIADA  
SOCIETAT CATALANA DE SALUT LABORAL**

*Barcelona 17/11/2016*

# Empresa saludable



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE EMPLEO  
Y SEGURIDAD SOCIAL



INSTITUTO NACIONAL  
DE SEGURIDAD E HIGIENE  
EN EL TRABAJO

M<sup>a</sup> Dolores Solé – INSHT  
[dolores@insht.meyss.es](mailto:dolores@insht.meyss.es)



**18 Octobre 2016**  
**Foundation**

<http://www.enwhp.net>  
@ENWHP





**Empresa saludable?**



Convertir-se en una  
empresa saludable  
suposa una  
transformació des  
de dins .

# Organització

Inestabilitat econòmica

Competència global

Atraure/retenir talent

Convivència generacional

Tecnologia/Formes de treballar

Absentisme- Presentisme

Productivitat



**Salut**  
**Benestar**  
**Felicitat**



**Èxit**

**Innovació**

**Sostenibilitat**

Revenue



**Persona**

Intensificació del treball

Adaptació als canvis

Envelliment

Precarietat

Connectivitat 7/24

Malalties cròniques

A weathered, rectangular wooden sign is mounted on a rustic wooden wall. The sign is painted white and features the text "TIME FOR CHANGE" in bold, dark green, sans-serif capital letters. The sign is framed by a thick, dark green border. The wall is made of vertical wooden planks with visible knots and grain. The lighting is warm and directional, coming from the upper left, creating strong highlights and deep shadows on the wood.

**TIME FOR CHANGE**

# Canvi de paradigma



Focus

Dany

Benestar

Èmfasi

Conductes

Relacions

Motiu

Por

Felicitat

Rol  
organització

Experta

Aliada

Procés  
de canvi

Extrínsec

Intrínsec



Situació  
actual

Situació  
desitjada i  
possible



**Transformació**

*Persones*  
*Organització*  
*Cultura*

# TRANSFORMACIÓ

7  
PUNTS

**Punt 1**

**Diagnòstic de situació**

**Punt 2**

**Planificació estratègica i programàtica**

**Punt 3**

**Lideratge de qualitat a tots els nivells.**

**Punt 4**

**Creació d'un entorn favorable**

**Punt 5**

**Promoure el canvi des de l'autonomia, autoeficàcia i el compromís**

**Punt 6**

**Desplegament dels programes**

**Punt 7**

**Avaluació i millora**

平成十九年十月吉日建之  
平成二十五年三月吉日建之

平成十七年十月吉日建之

平成十七年十一月吉日建之

平成二十五年九月吉日建之

平成十七年五月吉日建之

平成十八年五月吉日建之

平成十八年四月吉日建之

平成十八年三月吉日建之

平成十八年二月吉日建之

平成十八年一月吉日建之

平成十八年十二月吉日建之

平成十八年十一月吉日建之

平成十八年十月吉日建之

平成十八年九月吉日建之

平成十八年八月吉日建之

平成十八年七月吉日建之

平成十八年六月吉日建之

平成十八年五月吉日建之

平成十八年四月吉日建之

平成十八年三月吉日建之

平成十八年二月吉日建之

平成十八年一月吉日建之

平成十八年十二月吉日建之

平成十八年十一月吉日建之

平成十八年十月吉日建之

平成十八年九月吉日建之

平成十八年八月吉日建之

平成十八年七月吉日建之

平成十八年六月吉日建之

平成十八年五月吉日建之

平成十八年四月吉日建之

平成十八年三月吉日建之

平成十八年二月吉日建之

京都府京丹波町

山根一夫 信治

呉市東中央一ノ六ノ二

税理士 平松高雄

小田原市寿町一ノ二ノ三二

株古川 古川武法

沼津市 宋マソザキ

内田逸美・茂藤・多愛

吹田市垂水町三丁目三〇番五号

名古屋市熱田区

株メイナシ

東京市

技研トレーディング株式会社

東京市

有クレセール 御船貴美夫

東京市

有クレセール 御船貴美夫

東京市

有クレセール 御船貴美夫

東京市

有クレセール 御船貴美夫

東京市

有クレセール 御船貴美夫

東京市

有クレセール 御船貴美夫

東京市

有クレセール 御船貴美夫

東京市

有クレセール 御船貴美夫

東京市

有クレセール 御船貴美夫

東京市

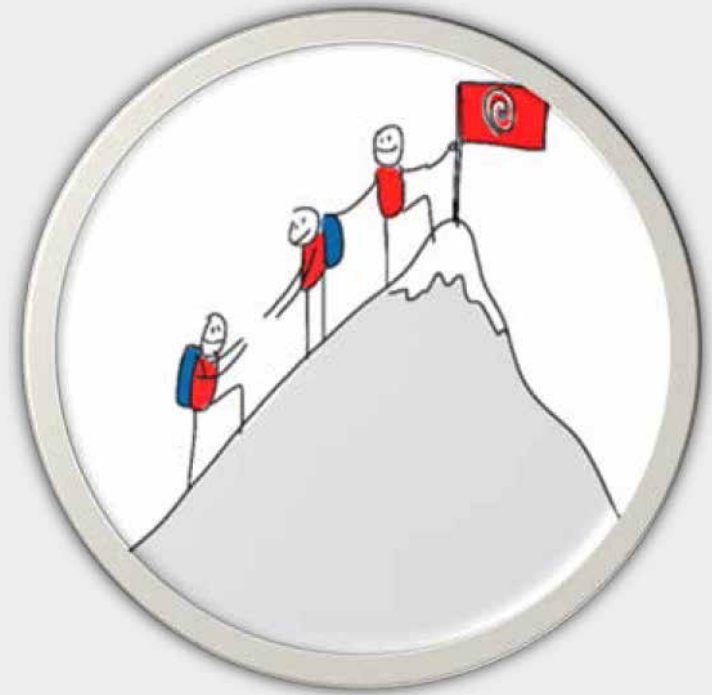
有クレセール 御船貴美夫

Una empresa  
saludable no és un  
destí sinó un viatge.

名古屋市緑区滝ノ水五ノ二一〇四 スエナガ歯科

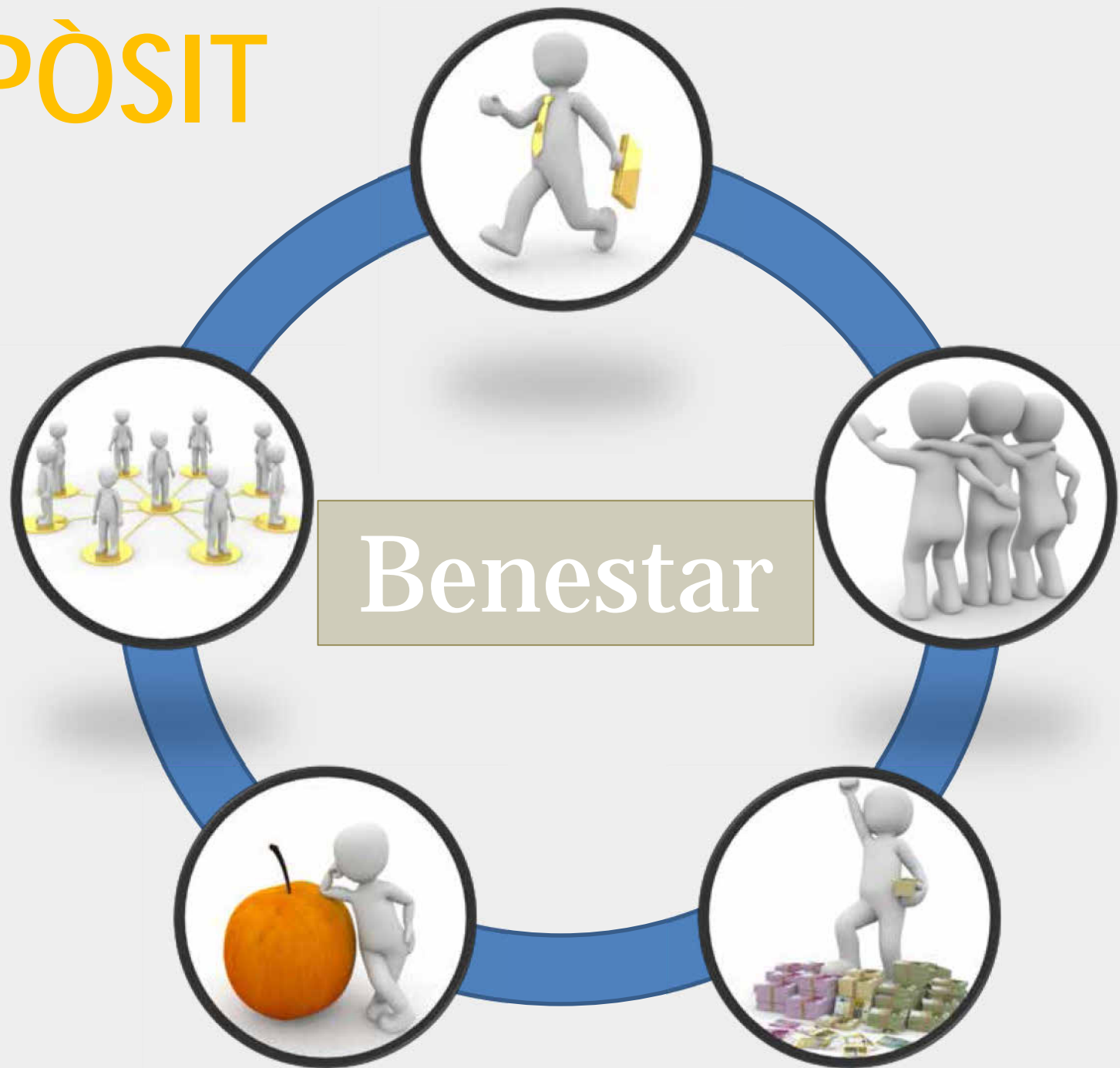
東京市中央区東九条西町一丁目一〇四

# Benestar



# Lideratge

# PROPÒSIT



Benestar



# *Carrera*

*¿i'apassionada el que fas?*

- M'agrada el que faig.
- És el que m'agrada fer amb els meus companys i col·legues.
- Conec les meves fortaleses.
- Les poso al servei d'un propòsit.
- Aprenentatge continu.



*Social*

- Relacions sòlides d'amistat, amor, família, companyes de feina.
- Sense... en la meva felicitat i...
- Fomenten el meu desenvolupament i creixement.
- Acceptació i respecte.
- Lideratge motivador.

*Qui t'acompanya en el teu camí?*





*Com gastes els teus diners?*

- Las necesidades financieras que están cubiertas por los recursos financieros disponibles.
- Gestión efectiva de l'economia domèstica.

*Financer*



*Ets capaç de fer front al teu dia a dia?*

- Concepte integral de salut: Bio-psico-social i ambiental.
- Presència de decisions informada.
- Energia suficient per fer front al dia a dia.
- Autoeficàcia i motivació intrínseca .
- Efectivitat en la gestió de la malaltia, la infelicitat i l'estrès.

*Salut*

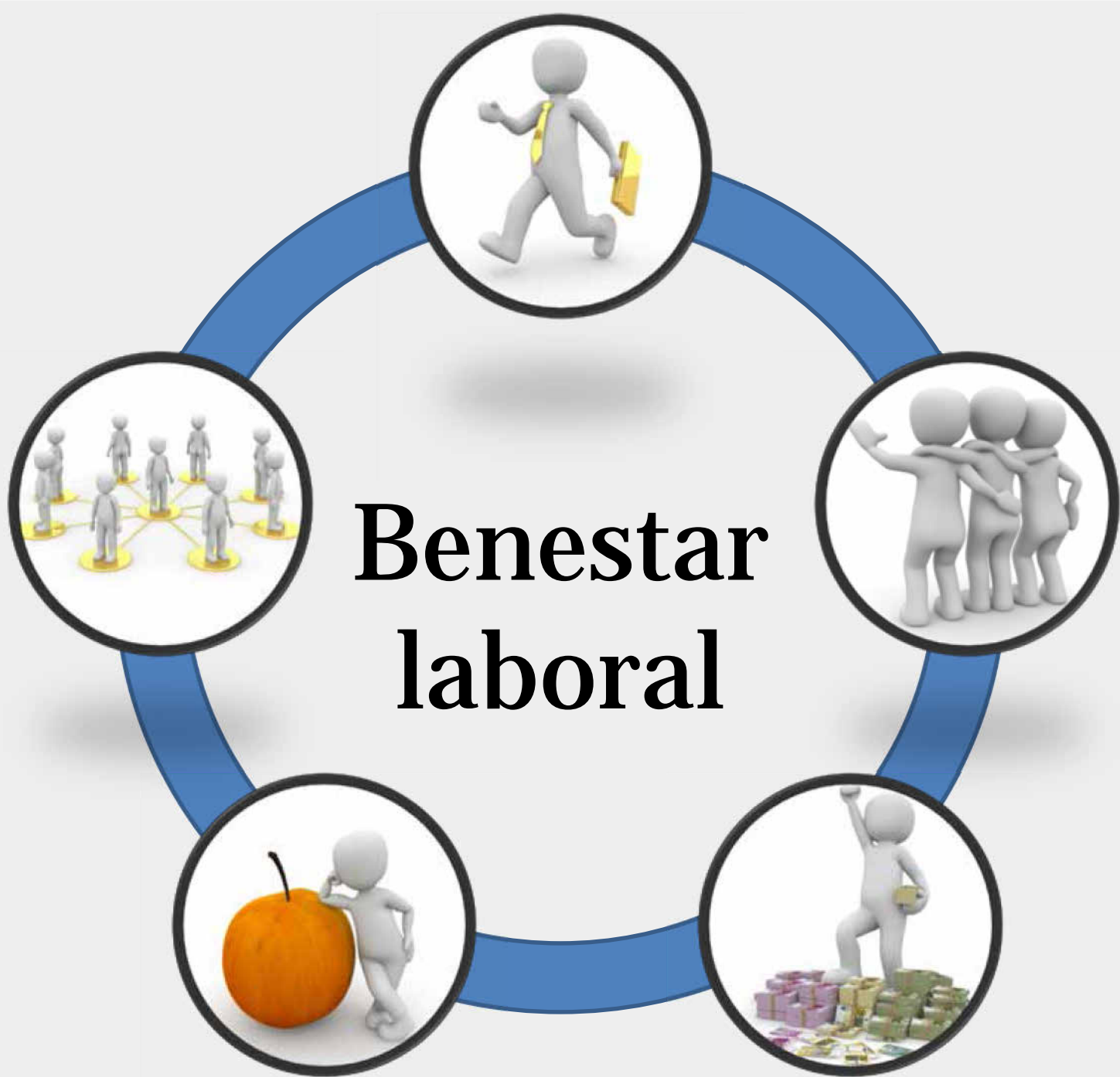


*Comunitat*

- Sentit de pertinença i solidaritat.
- Sentiment de seguretat.
- Interacció social més intensa.
- Compromís amb la societat/comunitat.

*Què aportes a la comunitat?*

# Benestar laboral





# Benestar laboral



Fortaleses y aprenentatge.

Entorns segurs, saludables, inclusivament  
Equilibri laboral/personal

Suport mutu – Equip  
Lideratge vs jerarquia  
Dimensió horitzontal

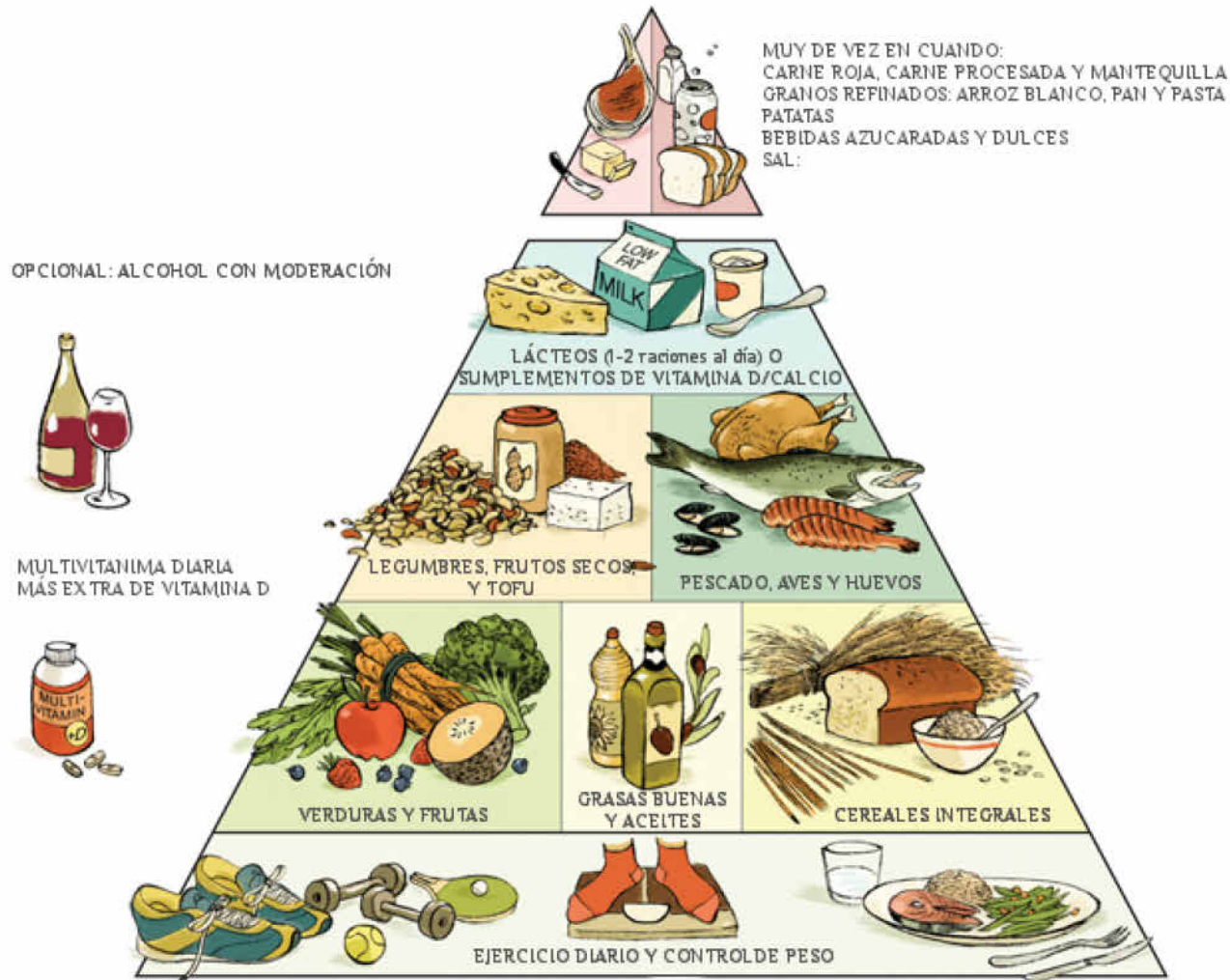


Implicació en la comunitat



Salari digne  
Assistència en moments de necessitat

# La nueva pirámide alimenticia



Copyright © 2008

# THE "FOOD FOR THOUGHT" PYRAMID

How to REALLY enhance your health - Laura McKibbin, LICSW

SAMPLE

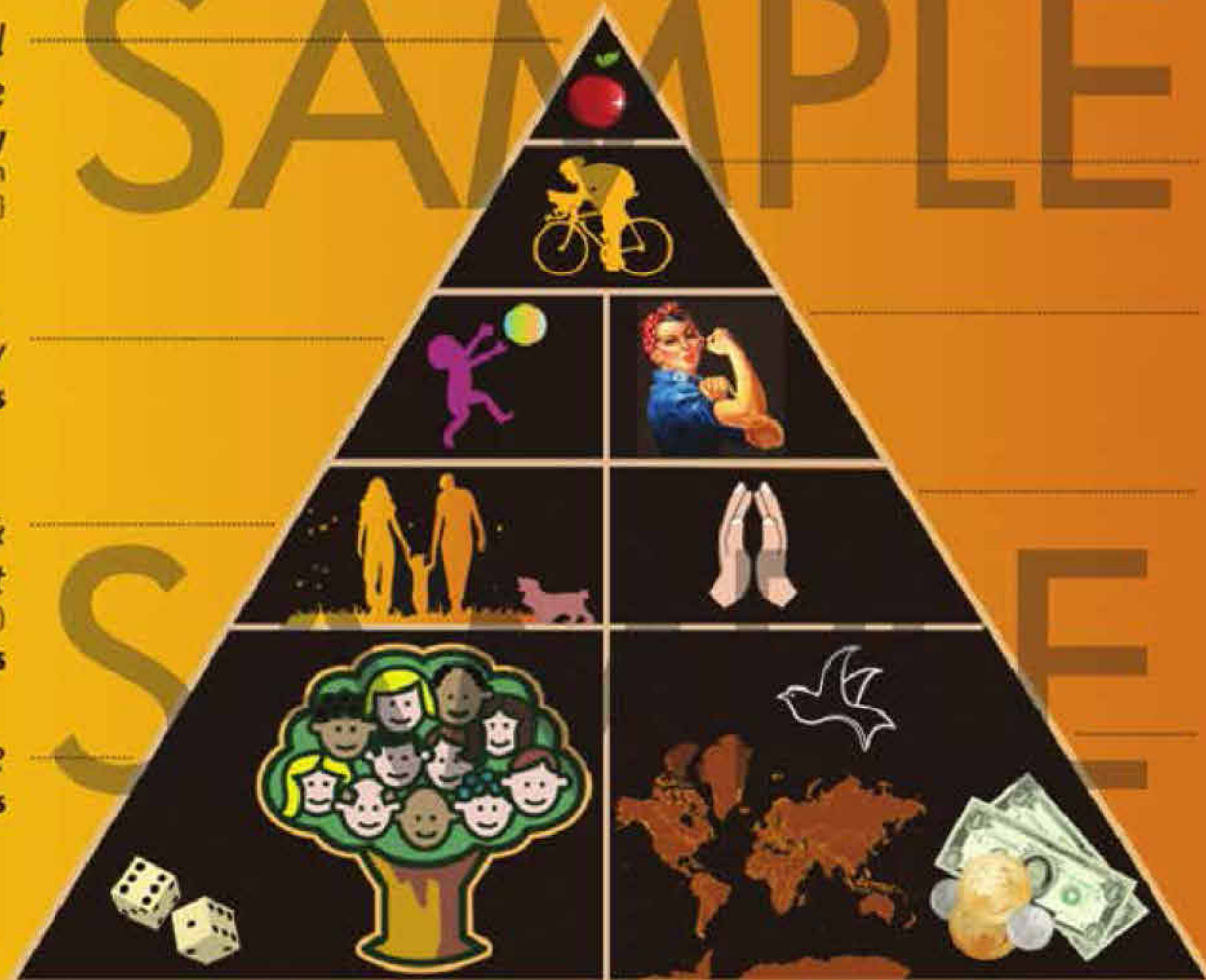
**Nutritional  
Advice**

**Use Sparingly**  
(instead, rely on  
internal cues)

**Humor,  
Optimism, Play**  
2-3 Servings

**Relationships &  
Social Support**  
(people, pets)  
3-5 Servings

**Genetics, Luck**  
6-11 Servings



**Exercise**  
1 Serving

**Emotional  
Resilience**

Healthy management  
and expression of anger  
and other emotions,  
ability to take action

2-3 Servings

**Purpose &  
Meaning**

Spirituality, altruism,  
contact with nature,  
forgiveness

2-4 Servings

**Socioeconomic  
Factors**

Country of birth, race,  
gender, income, access to  
healthcare, Freedom  
from violence

6-11 Servings

Sources: Dean Ornish, Jon Kabat-Zinn, Bernie Siegel, The Buddha, Gloria Steinem, Viktor Frankl, Glenn Gaesser, Mother Teresa, Martin Seligman, Jesus of Nazareth, Jon Robison, Larry Dossey, Jean Baker-Miller, the World Health Organization, my Mom, your gut intuition.

# Lideratge en PST

Propòsit  
Compromís  
Confiança mútua  
Autoexigència  
Relacions de qualitat

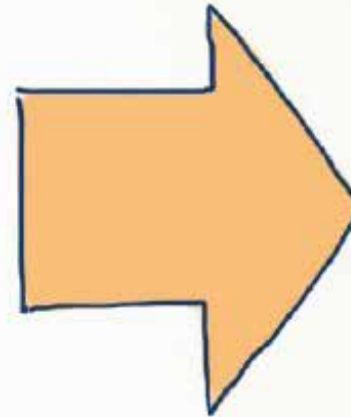
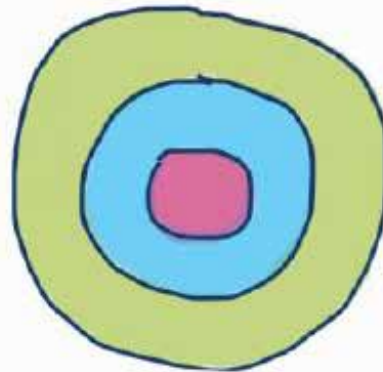
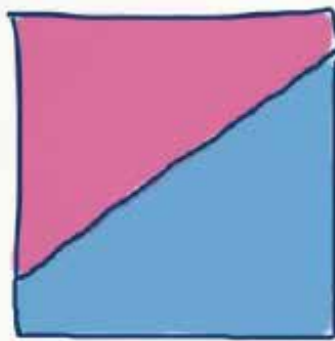


Repte permanent

Valors – Coneixement i experiència



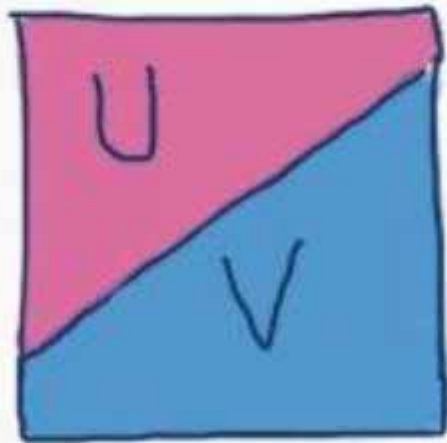
DEFYING



DOOM

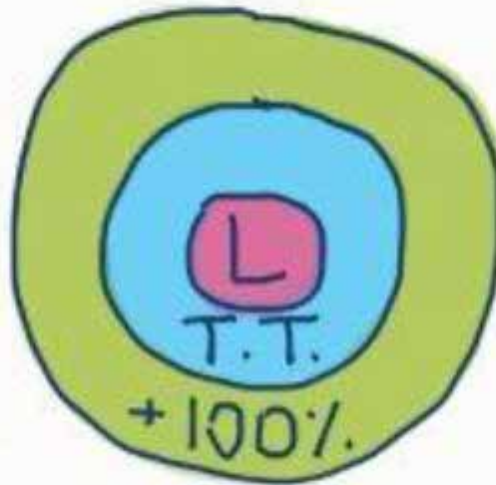
**Model de transformació digital de telefónica-2014**

WHAT'S THE STORY?



- URGENCY
- VISION

WHO IS ON BOARD?



- LEADER
- TOP TEAM
- EVERYONE

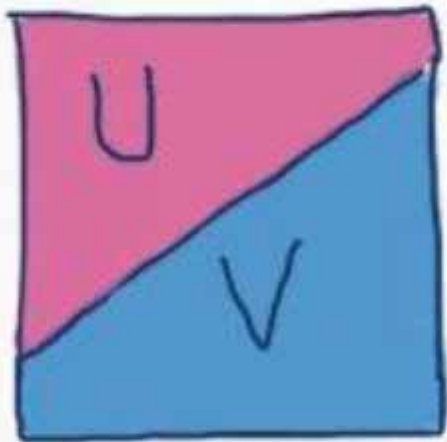
GETTING THINGS DONE



- EXECUTION

# *Instaurar un sentit d'urgència i crear una visió d'on volem arribar.*

WHAT'S THE  
STORY?



◦ URGENCY

◦ VISION

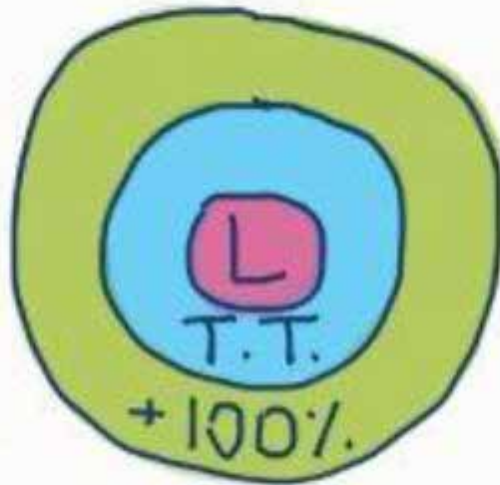


Fuente: Curso Leadership for change - Miriadax

*Trencar el factor de desconnexió*

*Analitzar qui està a bord, amb quines persones comptem, com són i com treballar amb elles.*

WHO IS ON BOARD?



- LEADER
- TOP TEAM
- EVERYONE

*Es consensuen les prioritats. El líder es recolza en el seu equip. El projecte es comunica y debat amb tothom.*

## *Pla d'acció*

*Centrat en els elements rellevants  
Equivalència entre el que diem  
i el que fem.  
Establiment de indicadors.*

GETTING  
THINGS DONE



◦ EXECUTION

La salut d'una empresa és la manifestació de la seva cultura.



## Créditos de las fotos

Newspaper colour by Jon S in <https://www.flickr.com/photos/62693815@N03/6277336776/>

Oscars by Harold Neal in <https://www.flickr.com/photos/cameraslayer/450962353>

Pathway Leading The Way Through The Kyoto Gates by Richard Schneider in <https://www.flickr.com/photos/picturecorrect/13962474961/>

Taichi by faungg's photos in <https://www.flickr.com/photos/44534236@N00/4680501743/>

El resto de fotos son de CC Dominio público (pixabay.com y iconfinder.com)