

## Salud y Bienestar desde la empresa

“ Cuidando a personas, cuidando a empresas ”



# Salud y Bienestar desde la Empresa

La prevención no es una elección sino una obligación para todas las empresas. **Cumplir con la Ley 31/1995 es una máxima**, pero hay una gran diferencia entre quedarse estrictamente en el cumplimiento de lo legal y **preocuparse por el bienestar de la plantilla**. Esa diferencia es la que marca el éxito dentro de la organización en la que trabajas.

La Organización Mundial de la Salud potencia los entornos saludables con empleados/as protegidos, prevenidos y sanos. **No basta con cumplir con la normativa, hay que dar un paso más allá**. El objetivo de las empresas responsables con respecto a sus trabajadores/as es **mejorar su estado de salud, proporcionándoles herramientas y enseñándoles habilidades y hábitos saludables para poder desempeñar de manera óptima su trabajo**. El programa se incluye en las líneas de Responsabilidad Social Corporativa interna de las empresas.

Fundtrafic desarrolla un **programa integral de salud y bienestar** que se basa en 7 pilares:

Buena gobernanza con políticas integradoras.

Buen clima laboral y resolución de conflictos: asertividad, coaching, mediación...

Salud física y nutrición.

Bienestar emocional.

Prevención de enfermedades.

Actuación en caso de accidente.

Atención a víctimas de accidentes.



## Objetivos

En los departamentos de PRL de las empresas se busca reducir la siniestralidad laboral. **Cero riesgos/ cero accidentes** es la meta que toda empresa ha de alcanzar si se quiere denominar como **“empresa saludable”**.

Aunque es el trabajador/a quien ha de dar el paso y cuidarse, **la empresa tiene la posibilidad de ofrecer las herramientas para mejorar su salud**. Además de evitar accidentes futuros o bajas indeseadas; **la calidad del empleo será infinitamente superior evitando riesgos y proporcionando bienestar a los empleados/as**.

Fundtrafic consigue poner a disposición de la plantilla una prevención adecuada, ayuda a reducir los riesgos y el índice de siniestralidad a la par que realiza atención a víctimas desde la Asociación DIA con el apoyo y colaboración de empresas responsables.

El programa Salud y Bienestar desde la empresa de Fundtrafic tiene como **objetivos primordiales**:

**Fomentar la salud empresarial.**

**Crear una cultura preventiva de salud.**

**Reducir la siniestralidad y el absentismo laboral también mediante la gamificación.**

**Garantizar el empleo de calidad.**

## Las ventajas del programa Salud y Bienestar desde la empresa

Son múltiples los beneficios -tangibles e intangibles- que proporciona el incorporar este programa preventivo.

Garantía de bienestar y salud para la plantilla.

Compromiso bidireccional; tanto por parte de la empresa como de los empleados/as.

Obtención de resultados.

## Así es el programa de Salud y Bienestar de Fundtrafic

Tras un estudio previo de los accidentes más comunes en la empresa, Fundtrafic adecúa un programa totalmente adaptado a las necesidades. Con el fin de garantizar la salud física y emocional de toda la plantilla, el programa, bien entendido como salario emocional, pivota sobre varios ejes:

**Ayuda en el diagnóstico de necesidades y análisis de resultados:** respondiendo a las necesidades de la plantilla y analizando la siniestralidad propia de cada empresa para focalizar la actuación y edición de un programa diseñado a medida de cada compañía.

**Bienestar psicoemocional:** mediante distintos talleres de **coaching y motivación** se gestionan las cargas emocionales como son el estrés, la insatisfacción laboral, la fatiga mental, el síndrome de *burnout*, el acoso laboral; aproximación a la meditación y al mindfulness.

**Salud física y nutricional:** con expertos en actividad física y deportiva ayudamos a mejorar el nivel de estado físico iniciando rutinas saludables y buscando eliminar hábitos alimentarios nocivos para nuestro cuerpo con la ayuda de nutricionistas.

**Acción preventiva:** son charlas y talleres de actuación ante infartos, taller de Primeros Auxilios, RCP, cómo **actuar si un compañero/a ha sufrido un accidente de tráfico**. Fundtrafic aborda la prevención ante algunas de las **enfermedades y accidentes más comunes**, que destacan en la estadística de la siniestralidad laboral. Inmersos en la acción preventiva Fundtrafic pone a disposición de las empresas las **Formaciones de Concienciación en Seguridad Vial, Cursos de Conducción Responsable y Segura** o las **Formaciones Teórico-Virtuales en prevención de accidentes**. También existe la opción de ampliar este programa con prevención de adicciones: hábitos saludables, prevención de la ludopatía, el tabaquismo, alcoholismo y consumo de sustancias tóxicas.

**Diversidad corporativa:** implementar las políticas de diversidad corporativa es posible al introducir y desarrollar conceptos como conciliación, equidad salarial, diversidad, asertividad, liderazgo, flexibilidad organizativa...

**Atención a víctimas de accidentes:** desde Fundtrafic presentamos una línea específica de atención para empleados/as que han sufrido un accidente extensible a sus familiares. Las empresas ponen a disposición de las plantillas un servicio de calidad en una situación comprometida.

Estos pilares son comunes a todos los trabajadores/as con independencia del cargo. El programa Salud y Bienestar desde la empresa de Fundtrafic es: **transversal y configurable**.

- **Transversal:** dirigido a cualquier colectivo dentro de la empresa.
- **Configurable:** un programa que puede personalizar en cuanto a las actividades, talleres, herramientas y duración.

Fundtrafic cuenta además con el aval y reconocimiento de la norma de calidad **ISO: 9001-2015** que certifica nuestros programas de formación y sensibilización en seguridad vial laboral, lo que supone **una garantía de calidad para las empresas**, además de ofrecer un equipo multidisciplinar, eficiente, comprometido y experto en las distintas áreas. Promocionar la salud para minimizar los accidentes laborales y ganar calidad en el trabajo es tarea de todos. Por ello, los planes que perduran en el tiempo obtienen resultados duraderos, logrando cambiar los hábitos de las plantillas.



## Con vuestro apoyo

Con la ayuda de **#EmpresasResponsables** que colaboran con nuestros programas desarrollamos una doble acción social: parte de los beneficios obtenidos están destinados a la atención integral y gratuita a víctimas y sus familiares desde la **Asociación DIA** y además de desempeñar formaciones en seguridad vial, concienciación, educación vial y financiera, diversidad funcional en colegios e institutos u otros centros que presentan limitados recursos económicos, **favoreciendo así una sociedad inclusiva y socialmente responsable**.



En 2012 nace Fundtrafic de la mano de **Asociación DIA de Víctimas de Accidentes, declarada de utilidad pública por el Ministerio del Interior**, que inició su labor en 2003. Tenemos un decidido enfoque social, lo que nos lleva a elaborar múltiples programas orientados a mejorar el entorno de familias, empleados/as, clientes y de la sociedad en su conjunto.

**Lo que nos hace diferentes es que somos una ONG sin ánimo de lucro** que creemos en lo que hacemos, porque a las labores de pedagogía y de concienciación se une la empatía y el trabajo directo con las víctimas. Nuestros programas cuentan con el respaldo de nuestro equipo multidisciplinar de profesionales y con el aval de organismos como la **DGT**. Nuestra labor se canaliza a través de instituciones, organismos públicos, organizaciones sociales y empresas, en **estrecha colaboración con los departamentos de RSC, Comunicación, RRHH y PRL**.

Contamos con diversas áreas desde las que atendemos distintas necesidades sociales y para las que promovemos el compromiso empresarial. Además, Fundtrafic está dada de alta como grupo de interés en la CNMC (Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia), promoviendo cambios legislativos y reformas para la mejora de la seguridad vial.

[www.fundtrafic.org](http://www.fundtrafic.org)

Hemos realizado acciones en colaboración con el Gobierno de España.

Asociación DIA, declarada de utilidad pública, cuenta con una dilatada trayectoria avalada por el apoyo de la DGT.

Somos firmantes de la Carta Europea de Seguridad Vial.

Nuestros programas están acreditados por la ISO 9001:2015 de calidad.

91 137 01 00 | [info@fundtrafic.org](mailto:info@fundtrafic.org)



¡Síguenos en nuestras redes!

