

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



XIII FORO GESTIÓN AVANZADA



FUERZA CORPORATIVA MÁS SANOS **m** EJOR



CONTIGO,
EN LA MEJOR COMPAÑÍA.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



XIII FORO DE GESTIÓN AVANZADA

2 **3**
LÍDERES DEL SECTOR **CERVECERO**

ESPANOL
CON NUESTRAS **MARCAS ICÓNICAS**

8 **CERVEZA**
CENTROS DE ELABORACIÓN DE **ESPAÑA** + **1** EN **INDIA**

2 **MANANTIALES DE AGUA**
CON SUS PLANTAS DE ENVASADO

COMPañÍA FAMILIAR 100% ESPAÑOLA CON **125 AÑOS DE HISTORIA**

IMPLANTACIÓN INTERNACIONAL + **60** PAÍSES

CONTRIBUIMOS AL DESARROLLO ECONÓMICO Y SOCIAL DE NUESTRO PAÍS

APOYAMOS A LA HOSTELERÍA

CON EL **+2.700** PROFESIONALES

CONSUMIDOR EN EL CENTRO SOMOS **RESPONSABLES** CON LAS **PERSONAS**

EL **NEGOCIO, EL MEDIO AMBIENTE** Y LA **SOCIEDAD**

MANOLU SERRIBIGUEL



CONTIGO,
EN LA MEJOR COMPañÍA.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



A TU SALUD

“Ambicioso programa cuyo objetivo es la mejora integral de la Salud, el Bienestar y la Calidad de Vida de los trabajadores”



Promueve:



Coordinación:



Colabora:



XIII FORO GESTIÓN AVANZADA

- Programa SCORE: indicador del riesgo de padecer un evento cardiovascular
- Software adaptado
- Conferencias cardiólogos
- Programas específicos en función del factor de riesgo

Riesgo cardiovascular



- Programas nutricionales adaptados
- Menús saludables
- Conferencias nutricionistas
- Consultas expertos (colaboración universidades)

Alimentación saludable



- Taller Teórico Practico
- 3 días
- Método Pilates
- Streching corporal activo
- Estiramientos en el puesto de trabajo

Taller escuela de espalda



- Pruebas funcionales
- Estudio de la columna
- Estudio Composición corporal
- Prescripción ejercicio personalizada
- Clases colectivas

Actividad Física



- Identificación emociones
- Gestión estrés
- Técnicas de relajación
- Clases de Yoga
- Taller de Felicidad

Bienestar Emocional



- Campaña informativa
- Test de hendrich
- Polisonografía
- Tratamiento individualizado

Apnea del sueño



- Campaña informativa riesgos asociados al tabaco
- Cursos - talleres deshabituación tabáquica
- Subvencionados tras 6 meses de deshabituación.

Deshabituación tabáquica



- Personal sanitario formado
- Aparatología adaptada
- Lesiones laborales y extra laborales
- En el propio centro de trabajo

Rehabilitación



Promueve:



Coordinación:



Colabora:



CAPACIDAD LABORAL

"Es el resultado de la interacción de distintos factores relacionados con la persona y el trabajo"

- Condiciones de la empresa.
- Condiciones objetivas del trabajo. Tensión física y factores ambientales.
- Entorno social. Dirección, jefes, compañeros.
- Formación y competencias individuales.
- **Estado individual de salud física y psíquica.**

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



XIII
FORO
GESTIÓN
AVANZADA

A TU SALUD CONTIGO

UNA PIEZA MÁS E IMPORTANTE DEL NUEVO MODELO DE DESARROLLO DE PERSONAS EN MSM

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



A TU SALUD CONTIGO

“La promoción de la salud es el proceso de habilitación para que las personas incrementen el control sobre su salud y la mejoren”.

Promueve:



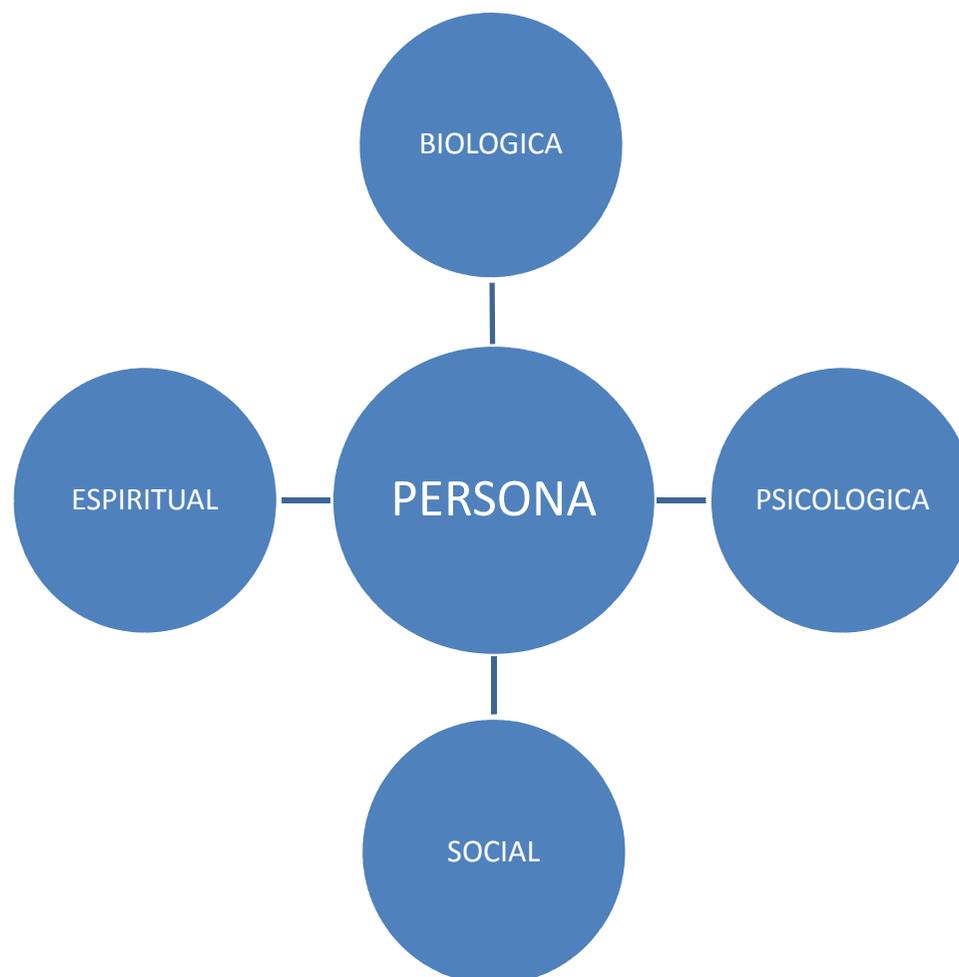
Coordinación:



Colabora:



LAS PERSONAS



Promueve:



Coordinación:

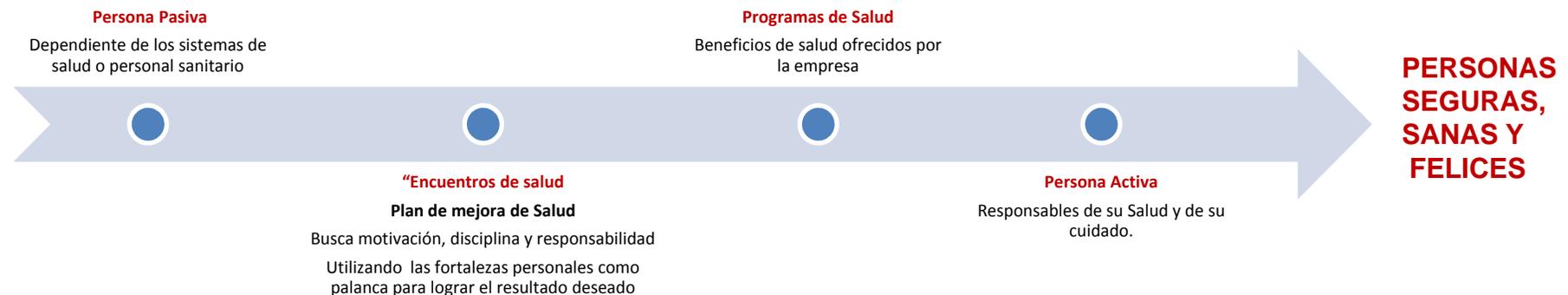


Colabora:



A TU SALUD CONTIGO

- **Innovación:** de reconocimiento médico a “Encuentros de tu Salud”
- **Cercanía:** de personal sanitario a “Mentor de Salud”
- **Apertura:** de servicio médico a “Espacios de Salud”
- **Responsabilidad:** de Paciente a “Personas” protagonistas de su salud y bienestar
- **Referentes:** de empresa saludable a “personas saludables”
- **Digitalización:** objetivos y seguimiento digital



Promueve:



Coordinación:



Colabora:



A TU SALUD CONTIGO. OBJETIVOS

Acompañar a las personas a estar comprometidas y motivadas para afrontar el reto de tener una vida personal y laboral saludable, feliz y a pleno rendimiento en un entorno seguro y saludable.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



A TU SALUD CONTIGO. OBJETIVOS

Mejorar la salud de las personas, para que tenga una repercusión inmediata en su propia vida, en su rendimiento y en su productividad.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



A TU SALUD CONTIGO. OBJETIVOS

- Evolución de la Cultura de Prevención, Salud y Bienestar.
- Pone foco en las personas.
- Proyecto innovador que apoya la digitalización y el uso de nuevas tecnologías.
- Contribuye a aumentar la motivación y rendimiento de las personas.
- Mejora el compromiso y disminuye el absentismo.
- Ayuda a la atracción y retención del talento.
- Fomenta la comunicación y el trabajo en equipo.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:

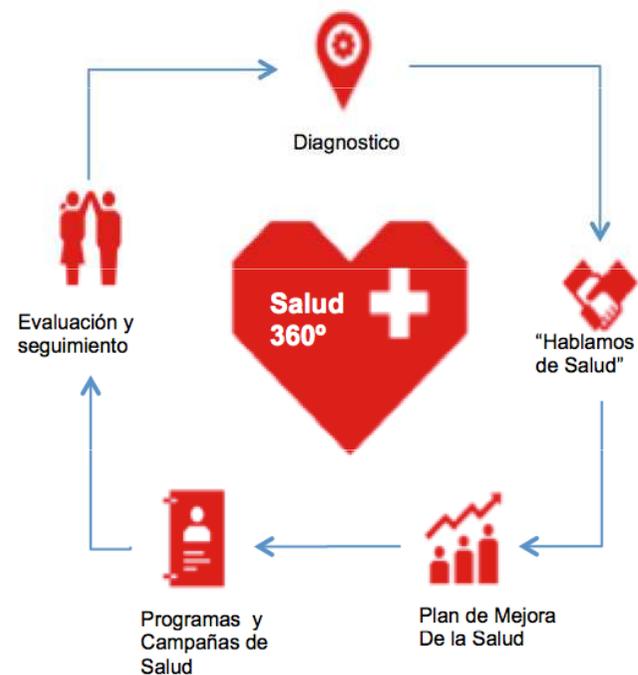
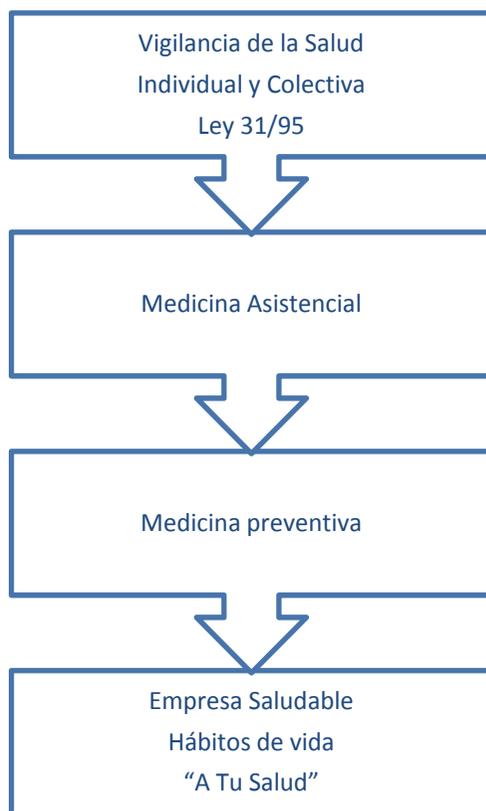


A TU SALUD CONTIGO. OBJETIVOS

- Mas visibilidad de los profesionales de salud.
- De sanitario a **MENTOR**.
- Oportunidad de desarrollo profesional.

A TU SALUD CONTIGO

Evolución cultural de Salud y Bienestar



“Encuentros de Salud”

No basta con saber, hay que querer,
No basta con querer, hay que hacer (Goethe)

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



RETO DEL MENTOR DE SALUD

- Acompañar y ayudar a las personas a alcanzar un estado óptimo de energía física y mental para afrontar las tareas cotidianas de una manera adecuada y equilibrada.
- Esto permitirá disponer de más y mejor salud, vitalidad, resiliencia, así como el nivel de productividad deseado.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



ENCUENTROS DE SALUD

Es un nuevo modelo de salud que propone un cambio en la relación entre las personas implicadas, mentor de salud, persona y entorno.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



ENCUENTROS DE SALUD

- Establece retos, objetivos a corto plazo y minimetas.
- Fija planes de acción y monitoriza el proceso.
- Establece estrategias personalizadas.
- Utiliza las fortalezas personales como camino para lograr el resultado deseado.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



ENCUENTROS DE SALUD

- Identificación de la necesidad.
- Determinación de los sentimientos y su influencia en la conducta.
- Fijar reto **AMORE**: Alcanzable, medible, oportuno, realista y específico.
- Plan de acción.
- Evaluación, control y seguimiento.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



ENCUENTROS DE SALUD

- Vigilancia de la salud.
- Asistencias y conocimiento de la persona.
- Necesidad de un proceso más profundo.
- Coaching de salud.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



CONVERSAMOS DE TU SALUD

Modelo tradicional	Encuentros de salud
<p>El profesional sanitario es el experto</p> <p>A la persona se le dice lo que tiene que hacer</p> <p>Motivaciones extrínseca</p> <p>Se le pide que facilite el cambio</p> <p>No se tiene en cuenta el momento</p> <p>Propicia el cambio</p> <p>Alta resistencia al cambio</p> <p>El experto es el sanitario</p> <p>Trata pacientes</p> <p>Educa</p> <p>Descansa en los conocimientos y habilidades de experto</p> <p>Se esfuerza por tener todas las respuestas</p> <p>Se enfoca en el problema</p> <p>Aconseja</p>	<p>La persona es el experto</p> <p>La persona encuentra soluciones</p> <p>Motivos intrínsecos</p> <p>Se colabora en el cambio</p> <p>Se definen las barreras del cambio</p> <p>Se determina para el cambio</p> <p>Baja resistencia al cambio</p> <p>El mentor ayuda a las personas a ayudarse</p> <p>Construye motivación, confianza y compromiso</p> <p>Descansa en la auto concienciación de la persona</p> <p>Se esfuerza por ayudar a las personas a encontrar su propias respuestas</p> <p>Se enfoca en lo que está funcionando</p> <p>Colabora</p>

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



RETO DEL MENTOR DE SALUD

- Acompañar y ayudar a las personas a alcanzar un estado óptimo de energía física y mental para afrontar las tareas cotidianas de una manera adecuada y equilibrada.
- Esto permitirá disponer de más y mejor salud, vitalidad, resiliencia, así como el nivel de productividad deseado.

Promueve:



Coordinación:



Colabora:



1^{ER} ENCUENTRO DE SALUD

- Detección de necesidad
- Establecimiento de reto
- Qué quiero alcanzar
- Qué voy a hacer
- Cómo, cuando y donde
- Con quién o quiénes lo voy a hacer
- Qué recursos necesito
- En qué tiempo lo voy a hacer

Promueve:



Coordinación:



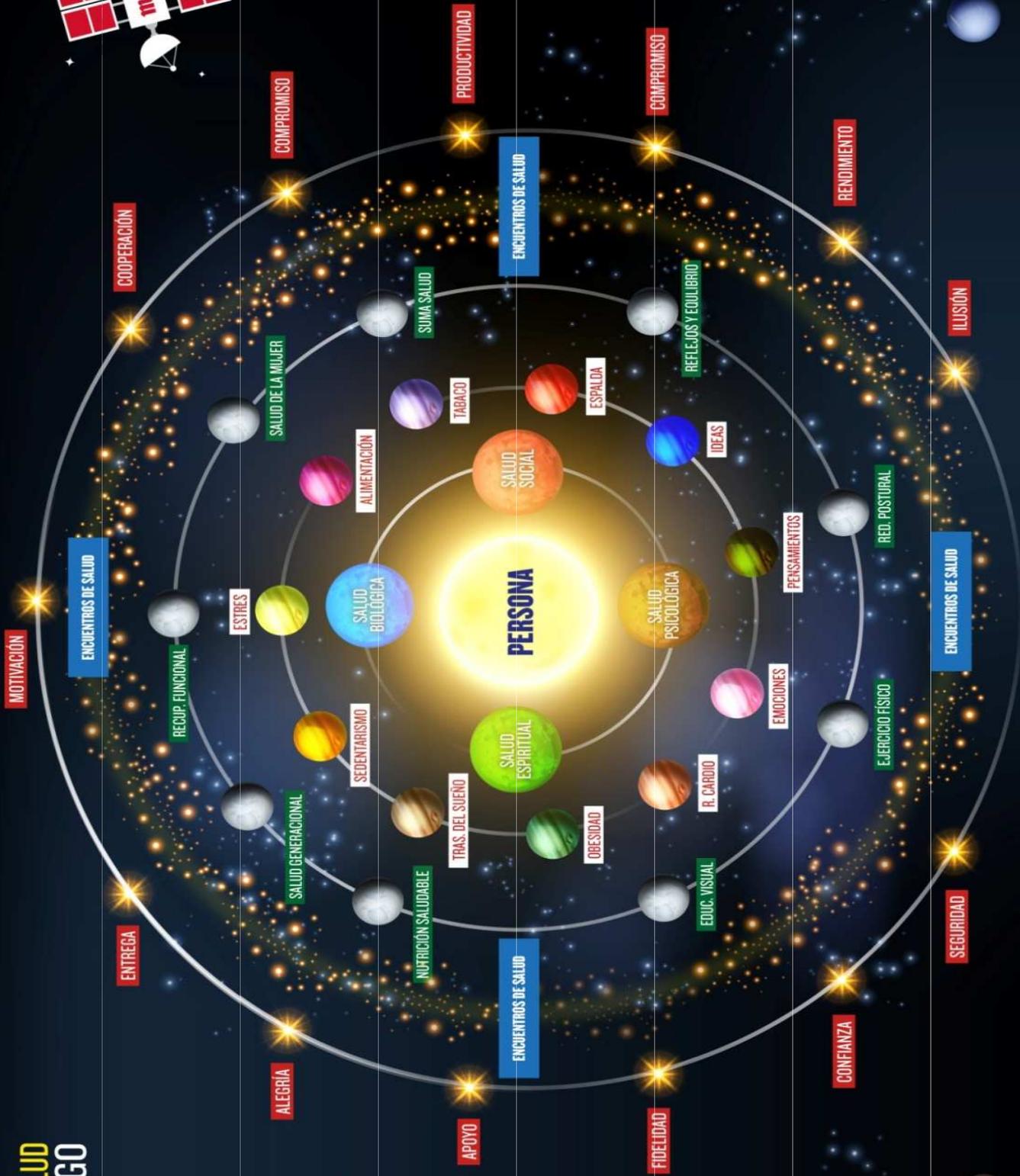
Colabora:



2º ENCUENTRO DE SALUD

- Pactado
- Se podrán acordar más encuentros si procede.

A TU SALUD CONTIGO



Promueve:



Coordinación:



Colabora:



XIII
FORO
GESTIÓN
AVANZADA

LOS MENTORES DE SALUD



10 PERSONAS
& ORGANIZACIÓN

CONTIGO,
EN LA MEJOR COMPAÑÍA.