



Lembra! Aplica estas medidas preventivas para acadar un benestar xeral e coidar a túa saúde

Benestar laboral

Claves para definir e aplicar
medidas preventivas que
impulsen o benestar

Co financiamento de:

Que é o Benestar laboral?

O Benestar laboral é o estado de satisfacción física, mental e social no que se atopa a persoa traballadora cando se sente satisfeita co seu traballo e coa contorna no que o desenvolve.

O Benestar laboral é esencial para o éxito e a sustentabilidade de calquera organización. Non só trátase de crear un ambiente de traballo positivo, senón tamén de promover a saúde física, mental e emocional do equipo.

Unha contorna de traballo saudable fomenta a motivación, mellora a produtividade e reduce o absentismo, beneficiando tanto ás persoas traballadoras como á empresa.

A través dunha combinación de medidas preventivas, políticas inclusivas e unha visión centrada no equilibrio entre o benestar individual e colectivo, as organizacións poden crear un entorno no que as persoas se sintan valoradas, motivadas e apoiadas en todas as dimensións do seu desenvolvemento profesional e persoal.

Recorda os seguintes oito puntos clave para promover e asegurar o Benestar na contorna laboral.

