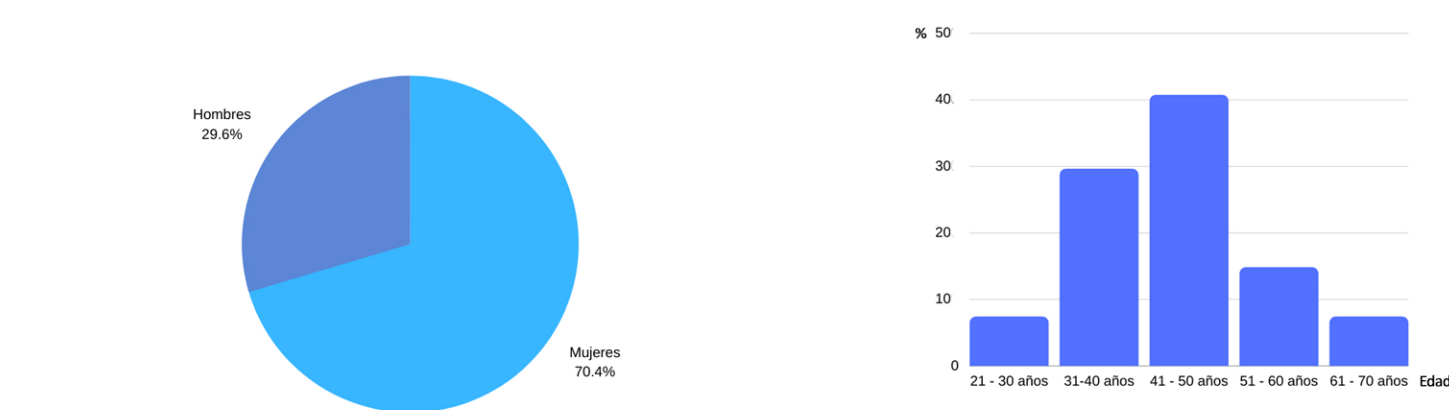


La Federación de Organizaciones Empresariales Sorianas (FOES, la “CEOE de Soria”) es una organización libre e independiente que agrupa a las empresas sorianas para la coordinación, representación, gestión, defensa y fomento de sus intereses económicos y profesionales. Por tanto, lleva a cabo actividades de organizaciones empresariales, profesionales y patronales.

Cuenta con una plantilla de 27 personas que desarrollan su actividad en los departamentos de comunicación, asociaciones, económico-financiero, jurídico-laboral, proyectos, formación, prevención de riesgos laborales, medio ambiente, calidad y orientación.

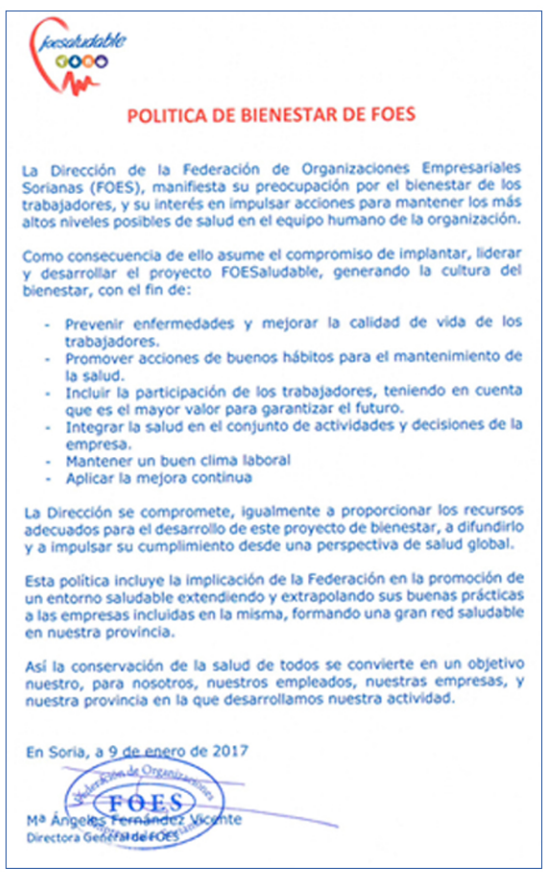


FOES, desde su fundación en 1978, ha apostado por **difundir y promover la prevención de riesgos laborales**, tanto entre las empresas sorianas como para su propia plantilla.

FOES, desde su fundación en 1978, ha apostado por **difundir y promover la prevención de riesgos laborales**, tanto entre las empresas sorianas como para su propia plantilla.

No obstante, a finales de 2016 la Federación decidió ir un paso más allá y creó **FOESaludable**, cuyo objetivo principal es promocionar la salud en el trabajo de las personas que desarrollan su actividad tanto en la propia Federación como en las empresas de la provincia de Soria, junto con sus familiares y entorno.

Así, se desarrollan las actividades en una **vertiente interna y externa**, como queda reflejado en la Política de Bienestar de FOES, en la imagen de aquí abajo y en la que además se incluyen los **objetivos fundacionales**.



La metodología de trabajo está basada en el **modelo de empresa saludable de la OMS**, dividiéndose las áreas de trabajo por tanto en **ambiente físico, ambiente psicosocial, recursos de salud y participación de la empresa en la comunidad**. Para cada una de estas áreas se han establecido tanto **objetivos generales (OG)** como **específicos (OE)**, con sus correspondientes indicadores.

Las estrategias de intervención principales son 3:

- Desarrollo de *campañas temáticas*
- Estrategia *transversal* (se incluyen acciones puntuales fuera de campañas)
- Promoción de la salud en *empresas sorianas*

Estrategias de intervención			
Ambiente físico	Ambiente psicosocial	Recursos de salud	Participación en la comunidad
<ul style="list-style-type: none"> Minimizar el impacto en la salud del puesto de trabajo con PVD en la oficina Mejorar las condiciones termohigrométricas Mejorar la calidad del aire 	<ul style="list-style-type: none"> Reducir el nivel de estrés en los trabajadores Mejorar la conciliación familiar Mejorar la comunicación interna y externa Mejorar la cohesión de grupo 	<ul style="list-style-type: none"> Fomentar la actividad física Fomentar la nutrición saludable Fomentar el descanso de calidad Prevenir el consumo de sustancias nocivas 	<ul style="list-style-type: none"> Contribuir mediante acciones solidarias con la sociedad soriana Aumentar espacios cardiotropicos en Soría Extrapolar FcEUsalud al resto de empresas sorianas



Se puede hablar de resultados en varios ámbitos, tanto de tipo cualitativo como de tipo cuantitativo. Algunos serían los siguientes:

- Incremento de actividad física: priorización en uso de escaleras, grupo de yoga, gimnasio, etc.
- Mejora en nutrición: creación de grupo de “almuerzos saludables”, consumiendo fruta y frutos secos
- Mejoras en los puestos de PVD: corrección de posturas y configuraciones, tiempos de descanso, etc.
- Colocación de un DESA en las instalaciones
- Creación de la *Red de Empresas FOESaludables*
- Creación del reconocimiento “*Empresa FOESaludable*”
- Planificación y desarrollo de programa formativo e informativo sobre PST
- Extensión a otras empresas y organizaciones empresariales del proyecto

- Alto grado de satisfacción de la plantilla, con una media de un 69% con valoración “excelente” en los años evaluados
- Nivel de salud percibida como “buena/excelente” que va desde 61% de la plantilla (2017) a un 79% (2019)
- Participación de los trabajadores elevada, en torno a un 70% de media
- Hábitos saludables adquiridos y mantenidos: 90 % en alimentación saludable, más del 60% utilizando escaleras, etc.
- En la última encuesta realizada, a un 95% de la plantilla le parece “bien/muy bien” la trayectoria del proyecto hasta el momento
- Aumento en la colaboración con organizaciones del tercer sector, triplicándola
- 12 empresas forman parte de la *Red de Empresas FOfESaludables*
- Se han entregado 4 reconocimientos de Empresa FOfESaludable
- Se ha conseguido exportar el modelo a otras 2 organizaciones empresariales.
- Se ha logrado crear 11 espacios cardioprotégidos

El proyecto es desarrollado y coordinado por el **Departamento de Prevención de Riesgos Laborales de FOES**, dirigido y apoyado por Dirección General.

También cuenta con la colaboración de los Departamentos de Formación y Comunicación y Márketing.

Externamente, se ha recibido la ayuda de varias organizaciones

como la Mutua Universal, el INSS, la Junta de Castilla y León, Laboratorios Quinton, DKV Seguros, Cualtis, Asociación Española contra el Cáncer, Humanas, Cruz Roja Española, Fisiorunning Moncayo, Farmacia Carrascosa, Silencio Mindfulness, Numantium Estudio Pilates,...



En el futuro, FOESaludable tiene que seguir creciendo poco a poco e ir estabilizándose. Los próximos años se dedicarán a trabajar para mantener los logros alcanzados, mejorar en aspectos ya tratados y ampliar a otros que vayamos considerando necesarios.

Sin duda, la aparición de la pandemia actual ha trastocado las bases de la Promoción de la Salud en el Trabajo y tenemos que redefinir nuestras prioridades. A un corto-medio plazo tendremos que estudiar las necesidades más inmediatas, que con toda probabilidad van a incluir la salud mental y la actuación frente a nuevas formas de trabajo o enfoques que se van a dar en el mismo.

Estamos en una situación de inestabilidad que nos ofrece pocas seguridades, así que no nos queda otra que estar pendientes de las iniciativas y experiencias aportadas por las organizaciones que avanzan en la PST y trabajar en red para lograr los mejores resultados.

Queremos seguir en mejora continua y para ello tenemos que revisar nuestros objetivos vigentes y añadir los necesarios para poder cumplir con nuestra Política FOESaludable.

Aspiramos a lograr que tanto las personas que forman parte de FOES como de las empresas sororianas y su entorno puedan elevar su nivel de salud y bienestar con nuestra ayuda. Por otro lado, también queremos dar continuidad a las alianzas iniciadas con otras organizaciones empresariales y extenderlas a otras. Tenemos el objetivo ambicioso de fundar una Red de Organizaciones Empresariales Saludables que puedan extender los principios a las empresas que están bajo su paraguas.

- Campaña “Ergonomía en tu puesto de trabajo”
- Exposición de pósters sobre trastornos musculoesqueléticos
- Ergónomo por un día
- Escuela de la espalda
- Pausas cada hora
- Renovación de sillas ergonómicas
- Prueba piloto con ratón ergonómico vertical
- Campaña “Envejecimiento saludable”
- Colocación de plantas en despachos
- Adquisición de purificadores de aire



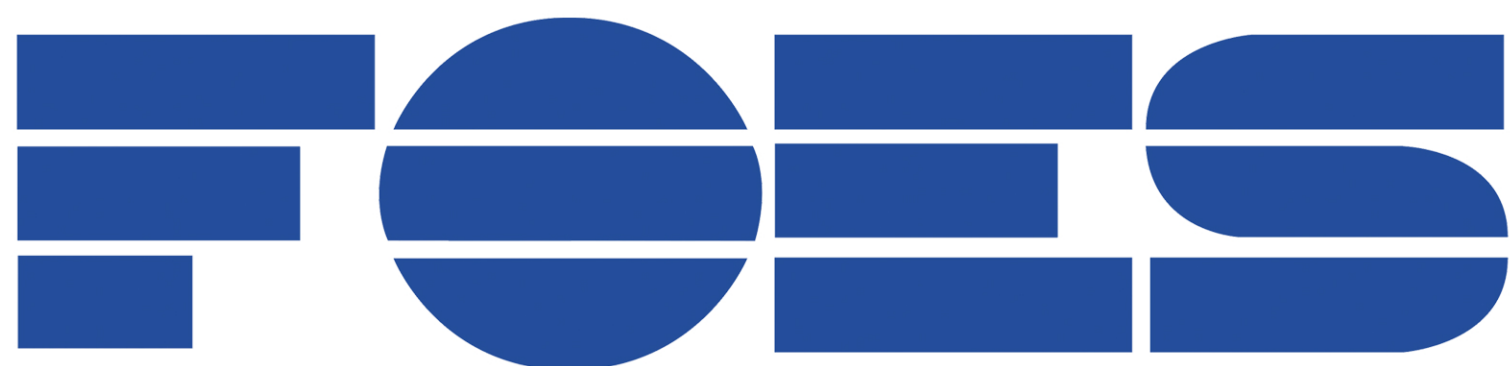
- Campaña “Salud emocional y gestión del estrés”
- Taller de coaching sobre habilidades emocionales
- Taller de introducción a la práctica del mindfulness
- Celebración de días especiales (de las familias, de la amistad, del compañeroismo,...)
- Implantación de horario de verano (julio-septiembre)
- Implantación de flexibilidad de hora de entrada/salida
- Creación de grupo de Whatsapp “*FOESaludables*”
- Creación de grupo de correo a través de intranet
- Realización de curso de redes sociales



- Campaña “Nutrición y actividad física”
- Veranos saludables
- Campaña “Cuida tu corazón: prevención cardiovascular”
- Celebración Día Mundial del Sueño
- Campaña “¡Sin malos humos!”
- Talleres de deshabituación tabáquica
- Campaña “Sin azúcar”
- Colocación de DESA



- Adhesión al Pacto Mundial de la ONU
- Creación de *Red de Empresas FOESaludables* y del sello *Empresa FOESaludable*
- Colaboración con AECG, Banco de Alimentos, Alzheimer Soria
- Encuentro de empresas del tercer sector
- Talleres “Gestión del Estrés” y Gestión preventiva de la edad”
- Celebración Día Mundial de Seguridad y Salud y del I Encuentro FOESaludable
- Creación de *FOESaludable.net*
- Acuerdos de colaboración: *Humanas* y *Numantium Estudio Pilates*



FEDERACIÓN DE ORGANIZACIONES EMPRESARIALES SORIANAS