

ABC DE LES CURES

L'ABC de les cures és una guia pràctica estructurada en tres blocs que proposa accions clau per incorporar les cures al dia a dia de l'organització.

El benestar de les persones dins d'una organització es recolza en 3 aspectes:

- La salut física.
- L'equilibri emocional.
- La gestió de les relacions (Gestió col·lectiva dels malestars)

La guia ha de funcionar com un full de ruta, pot integrar els recursos amb què ja compta la cooperativa i les properes accions que posaran en marxa per promoure el benestar de les persones.

Com implemento aquesta eina?

Recomanacions generals:

L'elaboració d'aquesta guia és una excel·lent oportunitat per escoltar les inquietuds i necessitats dels col·laboradors i oferir una resposta pràctica.

És important definir prioritats i començar amb accions que es puguin posar en marxa en un curt termini.

D'aquesta manera tenim dos avantatges:

- Es respon a les expectatives dels col·laboradors
- Es pot avaluar l'impacte i modificar la guia segons l'experiència

Primera Fase

Identificar els recurs disponibles a l'actualitat:

- Definir qui serà l'**equip impulsor** i quin rol tindrà cada persona (responsables, dedicació i calendari)
- Seguint l'orientació de la plantilla proposada, identificar els aspectes claus a tenir en compte per afavorir el benestar físic, emocional i col·lectiu
- Identificar les polítiques i serveis actuals que contribueixen al benestar i aquelles dimensions que no estan ateses i requereixen d'implementar una nova política o servei

- Desenvolupament i redacció dels recursos identificats

Segona Fase

Avaluació participativa:

- Escollir i aplicar eines d'avaluació del aspectes claus identificats: qüestionaris, focus group, entrevistes. L'elecció de eines d'avaluació depèn de la mida i dispersió de l'organització.
- Definir els aspectes que requereixen atenció
- Establir prioritats de acció

Tercera Fase

Proposta d'accions i validació amb l'equip

- Proposar accions concretes que sigui possible realitzar a curt i mig termini per atendre les àrees prioritàries
- Definir quin recursos es necessiten per la seva implementació
- Presentar la proposta al resta de l'equip i validar

Quarta Fase

Posada en marxa i manteniment:

- Definir un pla que especifiqui: ordre de les accions a realitzar, terminis, persones responsables de portar a terme
- Revisar periòdicament tant l'avançament del pla
- Revisar periòdicament l'impacte que estan tenint les mesures aplicades, a través dels espais de trobada amb l'equip, les reunions un a un dels responsables, o l'aplicació d'una eina de mesurament del benestar

Proposta de plantilla per establir polítiques de benestar

Benestar físic:

Condicions laborals i prevenció de riscos:

- Confort ambiental
- Materials necessaris
- Espai segur de violència

Conciliació:

- Flexibilitat horària i gestió del temps
- Teletreball

Accessibilitat física adequada a l'espai de treball

Benestar emocional:

Reconeixement del treball i oportunitats de desenvolupament professional

Gestió de conflictes

Desconnexió

- Mecanismes de desconnexió digital i no digital
- Respecte als períodes de vacances

Benestar col·lectiu:

Governança democràtica

- Participació horitzontal i efectiva
- Justícia i igualtat efectiva

Transparència: informació oberta de les qüestions que es debaten i les decisions preses

Cultura compartida:

- Identitat col·lectiva
- Forma de treballar compartida
- Enfortiment de vincles