



Módulos Bienestar Mental Laboral

Estos módulos entregan, a los trabajadores y funcionarios adherentes, herramientas que les permiten tomar control de sus acciones en búsqueda del bienestar, de forma activa y permanente, incluso estando sanas o sin ningún malestar, en ámbitos como:



Módulo 1



Módulo 2



Módulo 3



Módulo 4

Es importante mencionar que los módulos de bienestar mental se trabajan en una plataforma digital, desde la autogestión, con entrega de información a través de videos, cápsulas y material informativo, considerando las siguientes etapas y entregables:



Sensibilización

Busca concientizar sobre la temática a trabajar.

Entregables

- Cápsulas animadas para sensibilización.
- Videos con consejos de expertos.
- Mailing, afiches y/o dípticos en formato digital.



Intervención

Sugiere intervenciones predefinidas para cada temática.

Entregables

- Set de intervenciones predefinidas.
- Set digital para campañas de difusión y fortalecimiento de hábitos saludables y/o promoción de salud.

Trabajador, líder, organización



Evaluación

Encuesta de satisfacción para el trabajador y la organización.

Entregables

- Encuesta de satisfacción para trabajadores.
- Tabulación de resultados.
- Mailing para difusión de resultados con la organización Asesoría para elaborar política de promoción de salud.