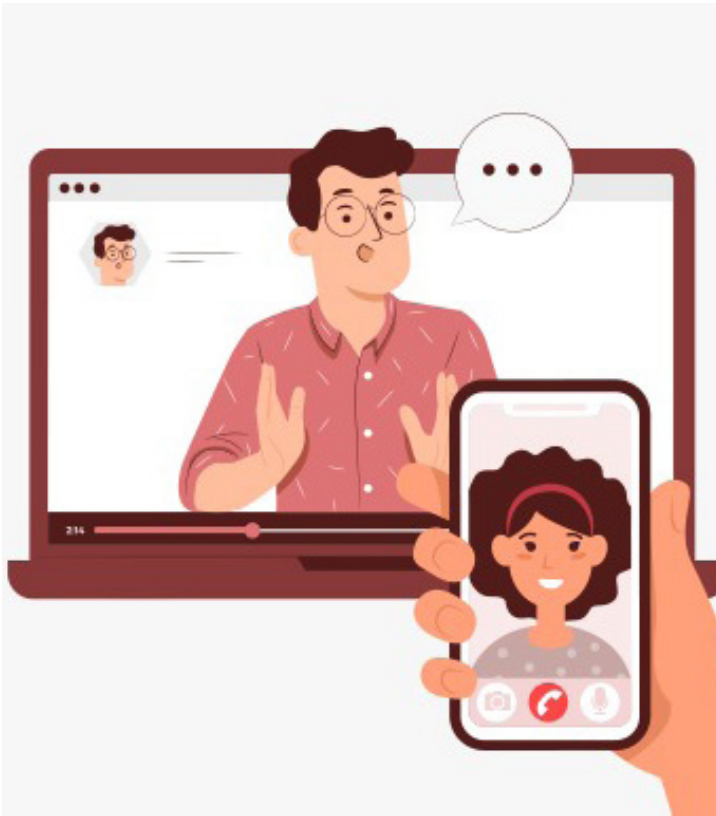


SUARA



Seu social: Barcelona

Àmbit geogràfic: autonòmic

Forma jurídica: cooperativa

- 4.505 persones treballadores
- 177 persones treballadores pertanyents a col·lectius en risc d'exclusió social
- 50 persones voluntàries
- 1.285 persones sòcies
- 6.884 persones ateses en serveis a la infància i la joventut
- 19.698 persones ateses en serveis a la gent gran
- 19.498 persones ateses en serveis d'atenció a la dependència o amb discapacitat
- 468 persones ateses en serveis d'atenció a trastorns de salut mental
- 1.554 persones ateses en serveis específics vinculats a l'àmbit penitenciari
- 441 persones ateses en serveis d'atenció a drogodependències
- 6.695 persones ateses en serveis a altres col·lectius en situació d'exclusió social
- 3.997 persones ateses en altres col·lectius: (Programa lluita pobresa energètica)

www.suara.coop

Breu història de l'organització

Suara és una cooperativa de professionals compromesos amb el sector de l'atenció a les persones amb més de trenta-cinc anys d'experiència acumulada. Actualment, som 4.508 persones treballadores, de les quals 1.285 són persones sòcies.

En l'actualitat, les societats dependents de Suara Cooperativa són: Suara Equipaments Socials i Residencial Colònia Güell (empreses que gestionen residències de gent gran privades i amb places concertades), Suara Inserció (empresa d'inserció sociolaboral per a persones vulnerables) i Inversions Suara Chile Limitada (serveis per a gent gran a Xile).

Seguint el model empresarial cooperatiu i el nostre model de participació (que ha rebut diversos reconeixements), definim els òrgans socials (Assemblea, Consell Rector, Comitè d'ètica i Comitè de Recursos) vinculats als socis i sòcies i els òrgans de gestió (Consell de Direcció Estratègic, i Consell Consultiu) vinculats a totes les professionals.

Missió

Suara té com a missió transformar l'entorn social, millorant la realitat de les persones mitjançant serveis de qualitat arrelats al territori, que promoguin el seu benestar i creixement, des d'un projecte empresarial corporatiu.

Els nostres valors es basen en:

- Innovadora. Incorporem tecnologia per garantir la màxima eficiència; entenem que la innovació és cabdal, per la qual cosa hem creat Suara Lab, laboratori d'innovació social des d'on es dinamitza i gestiona l'ecosistema d'innovació a l'organització i es facilita la col·laboració amb start-ups.
- Propera. L'activitat gira al voltant de les persones: professionals, persones ateses, clients i col·laboradors.
- Participativa. Gestionem de forma democràtica la cooperativa, treballem en xarxa amb els agents externs amb una aposta ferma per la intercooperació i potenciem l'apoderament
- Socialment responsable. Estem compromesos amb el medi ambient, el desenvolupament territorial, la generació d'ocupació i la reinversió dels excedents.

Descripció de l'activitat

Realitza l'activitat en els àmbits de serveis socials, atenció a la dependència, infància i famílies, benestar i salut, gent gran, justícia, educació i formació, ocupació i treball, entre altres.

Gestiona serveis públics i privats en:

- infància i educació: escoles bressol, atenció famílies, atenció precoç, escoles d'adults, UEC i serveis de formació no reglada.

- Gent gran: centres de dia i serveis residencials, habitatges tutelats i amb serveis.
- Serveis a domicili: atenció domiciliària i sociosanitària.
- Acció social: centres oberts, CRAE, centre d'acolliment, EVIA, projectes experimentals de protecció d'emergència, pisos per a joves de 16 a 18 anys i per majors de 18, pisos pont, acompanyament especialitzat per a joves tutelats i extutelats, primer la llar, promoció de l'ocupació, lluita contra la pobresa energètica i assessorament a administracions públiques.
- Justícia: programes formatius de mesures penals alternatives i pisos per interns en centres penitenciaris.
- Altres: Dinamització i participació.
- També intercooperem amb altres entitats amb qui tenim projectes comuns.

DESCRIPCIÓ DE L'EXPERIÈNCIA

PLATAFORMA DIGITAL SOM BENESTAR

Breu descripció

El servei Som Benestar és una plataforma web que té com a objectiu la cura de les persones treballadores de forma holística. Ofereix sessions personalitzades individuals i col·lectives d'acompanyament a través del model d'Atenció Centrada en la Persona en diferents àmbits per ajudar en problemàtiques (estrès laboral, burnout, etc.) i/o problemes físics.

Característiques: Personalitzable, confidencial, sessions individuals/grupals, obert a totes les treballadores, accés multidispositiu, configuració a mida de cada empresa: serveis i/o cartera de professionals. Calendari de les sessions: durant tot l'any 11 hores diàries.

Les sessions de suport emocional:

Feina: Com propiciar una bona relació d'equip? Gestió de l'estrès. Potenciar la creativitat i l'humor com a eina positiva. Com treballar els símptomes del burnout.

Autoestima: Psicologia positiva. Apoderament/autoestima. Realment m'estimo?

Cura personal i de la família: com parlar de la sexualitat amb infants i adolescents. Menopausa (dones) i andropausa (homes). Què és i com portar-ho?

Sessions de nutrició i alimentació saludable: Conèixer els tipus d'aliments; Com canviar hàbits?, Mites sobre l'alimentació, Alimentació emocional.

Les sessions de suport físic i prevenció de lesions músculo-esquelètiques. També es realitzen activitats per la millora de la relació dels equips:

Fast Físio: pauta d'exercicis per incidir en l'alleujament de molèsties.

Relaxació: sessions de meditació, mindfulness, teràpia del riure, jocs d'equips, tècniques per a dormir millor.

Ergonomia: treball de l'educació postural per evitar molèsties de caràcter crònic. Estiraments que es poden fer durant la jornada laboral.

Respira millor!: exercicis respiratoris per a persones amb seqüeles per Covid; exercicis per relaxar la musculatura, per combatre l'ansietat, de tonificació del core.

Altres La màgia de l'ordre; Organitzar la casa o espai de feina; Ordre físic i ordre mental= equilibri; Aprendre a organitzar els diners; Finances i estalvi.

Aportació de valor de la iniciativa

- L'empresa es compromet en el benestar de les persones: reconeixement i cura dels equips.
- Serveis i activitats que sempre s'ha considerat que només es podien fer presencials s'han passat a virtuals. Les resistències inicials de les professionals s'ha transformat radicalment. Una frase significativa d'aquest canvi la va dir una psicòloga: "hem après a acariciar amb la mirada".
- El temps com a valor. Sessions 20 minuts en horari de treball. La conciliació del temps és important i si es tenen 20 minuts per fer un cafè, perquè no millor destina'ls també al benestar.
- El preu. Costa menys instal·lar i mantenir la plataforma Som Benestar que una màquina de cafè. El preu no és l'excusa.
- El fet d'introduir la plataforma a l'empresa, incrementa la percepció positiva de la persona treballadora versus l'empresa on treballa.
- Salari/bestretes igual per a totes les professionals, independentment de la professió i que millora la retribució dels convenis de referència.

Necessitats identificades

Davant els reptes poblacionals als quals s'han de fer front (envelliment, atur, etc.) es corresponsabilitzen per fer un canvi de visió i un trencament de la concepció que només són les administracions públiques les que han de tenir cura de la ciutadania. El producte respon als reptes plantejats per l'ODS específicament a l'objectiu 3 que treballa per garantir una vida saludable i promoure benestar per les persones i també a l'objectiu 8 corresponent al treball digne i creixement econòmic. Algunes dades que avalen Som Benestar i les necessitats a donar resposta són:

- El 6,7% de les persones a Espanya pateixen ansietat, segons la Confederació Salut Mental d'Espanya.
- 25% de baixes laborals. L'últim informe d'Actiu (2020), indica que aquesta és la xifra de baixes per dolors a l'àrea lumbar a Espanya.

- 52% de persones treballadores, segons Deusto Salut, han patit alguna molèstia física en el teletreball.
- 825.000 milions d'euros es perden en productivitat per persones amb depressió, segons l'OMS.
- Només l'1% de les empreses de Catalunya tenen plans de prevenció i acció en l'àmbit psicosocial. A nivell físic, el percentatge és superior, però seguim amb xifres molt baixes.
- El risc de patir una malaltia mental després de la pandèmia ha augmentat.
- El 52% de les baixes laborals de les empreses són per trastorns musculoesquelètics. Es constata que les dones tenen un 67% de probabilitat de patir algun trastorn relacionat amb la salut mental, i els homes amb un 52%.

Principals objectius assolits

La plataforma digital Som Benestar, la qual es manté activa a través d'un conjunt d'activitats, respon clarament els objectius plantejats.

Objectius vers les persones treballadores per la millora del seu benestar general: l'oferiment gratuït del conjunt d'activitats pel suport emocional, físic, nutricional ha tingut molt bona acollida i s'han assolit els següents objectius:

- Millora i incrementació del benestar personal.
- Millora de la qualitat del son i l'estat d'ànim.
- Incorporació d'eines personals per fer front a situacions crítiques.
- Millora de l'estat físic i prevenció de malalties.
- Millora de la conciliació temps treball/temps personal.

Objectius assolits - vers l'empresa: El benestar físic i sobretot emocional és una de les principals preocupacions. Les empreses busquen solucions per acompanyar la salut emocional de les persones treballadores i oferir de manera confidencial als seus equips, la possibilitat de demanar cita amb professionals que les puguin ajudar i acompanyar per identificar i conèixer les pròpies emocions i/o sensacions, estrès, ansietat, processos de dol...

- L'eina ens ha ajudat a prevenir l'absentisme laboral.
- Millora del clima laboral.
- Millora en la satisfacció de les persones ateses i clients.
- Sensibilització a les empreses en la importància del benestar de la persona.
- Sensibilització a les empreses vers la conciliació del temps.

Principals resultats obtinguts

- Empreses i organitzacions on està implementada la plataforma digital Som Benestar: 6
- Indicadors quantitius relatius a l'ús de la Plataforma digital Som Benestar:
- Núm. persones a la plataforma: 5.714
- Núm. persones que reben informació, consells, etc. : 5714 - 100 %

- Núm. persones que han fet ús més d'una vegada : 1.842 - 32%
- Nivell de satisfacció (sobre 5): 4,75
- En quant a valoracions més directes i qualitatives de les persones que l'estan fent servir:
- És molt atenta i em sento molt escoltat. M'ha ajudat molt a veure amb perspectiva certs aspectes i m'he sentit molt a gust.
- "És molt gratificant poder comptar amb professionals com l'A., sobretot quan es necessita ajuda. Moltes gràcies per fer-ho possible."
- Excel·lent, em va semblar molt concises les recomanacions i tot un encert. A més que M. va ser molt amable.

Aquest any 2022 estem treballant per:

- Millorar els indicadors de resultat
- Establir indicadors d'impacte social

Abast de l'experiència

La plataforma digital Som Benestar ha tingut molt bona acollida a les empreses on s'ha implementat. El mes d'abril de 2022 hi ha 5.714 persones donades d'alta les quals reben quinzenalment informació/pautes/consells d'hàbits saludables.

Som Benestar s'ha estructurat per arribar a petites/mitjanes i grans empreses, el format i preu s'ajusta a tot tipus d'organitzacions i està disponible en tres idiomes (català, castellà i anglès) per tant ens permet escalar el projecte de manera exponencial. Durant l'annualitat del 2021 i part del 2022 hem realitzat un total de 880 sessions individuals i 20 col·lectives (aquesta última es va posar en marxa el desembre del 2021). Les sessions que oferim són breus perquè el temps no sigui un inconvenient i tots els elements els treballem a través de metodologies Lean Startup mitjançant l'escolta al client i treballadors/es de les organitzacions, des d'aquesta perspectiva garantim l'adaptació i l'abast del producte.

Persones implicades en l'experiència

Treballadores: 10

Membres equips directius: 2

Sòcies: 12

Ateses: 5.714

Altres: 2

(expert en plataformes digitals i expert en màrqueting)



Principals factors clau d'èxit

- Som Benestar és un producte resilient, que neix d'una situació crítica de crisi, durant la pandèmia, i ha sabut escoltar les necessitats de les persones i adaptar-se, amb l'ajuda dels comitès de Salut i Seguretat, per trobar les millors solucions als reptes que se'ns presenten de futur.
- Trobar i crear un nou servei per acompanyar a les persones durant la pandèmia.
- Projecte treballat amb la complicitat dels comitès d'empresa i els comitès de salut i seguretat.
- Treballar amb metodologia lean startup. Posar en marxa el projecte i anar-lo desenvolupant i evolucionant a partir de les aportacions de les persones i els clients.
- Participació dels equips i serveis de Suara generant contingut.
- Dona resposta a les necessitats detectades per al benestar de tots els equips.
- Plataforma disponible en tres idiomes (català, castellà i anglès) i professionals que poden fer les activitats en els teus idiomes.
- Projecte escalable.
- Preu accessible per les empreses i organitzacions.
- Els professionals són de Suara (no és model marketplace). Els clients ho posen en valor.
- Salari/bestretes igual per a totes les professionals, independentment de la professió i que millora la retribució dels convenis de referència.

Dificultats i reptes superats en el desenvolupament de la iniciativa

Som Benestar és un projecte resilient, ha sabut escoltar les necessitats de les persones i adaptar-se, amb l'ajuda dels comitès de Salut i Seguretat, per trobar les millors solucions als reptes que se'ns presenten de futur.

Dificultats:

- Procés de compra lent. Les empreses valoren molt la proposta, però el procés de compra triga de promig uns 9 mesos. La decisió passa per diverses àrees i responsables, també comitès empresa o comitès de seguretat i fins i tot pot arribar a consells de direcció, patronats, etc.
- Procés de coneixement i generació de confiança als treballadors/es. Un cop l'empresa o l'organització ha decidit implantar la plataforma cal un procés per generar confiança, assegurar que hi ha la màxima confidencialitat.

Reptes:

- Evolucionar la plataforma perquè permeti més automatitzacions i la introducció de nous serveis.
- Aconseguir finançament de suport per desenvolupar la plataforma.
- Escalar i assolir nous clients per fer sostenible el model.
- Ampliar la cartera de serveis a oferir a les empreses i els seus treballadors/es a partir de les propostes que ens facin (cocreació).

Elements innovadors que aporta l'experiència

Som Benestar és una iniciativa innovadora perquè:

- Impulsa a les empreses a comprometre's en el benestar dels seus treballadors/es.
- a. Davant els reptes que tenim com a societat, l'empresa es corresponsabilitza per fer un canvi de visió i un trencament de la concepció que només són les administracions públiques les que han de tenir cura de la ciutadania.
- b. Potencia la conciliació i s'alinea amb el pacte per la reforma horària. Les sessions online amb les professionals són de 20 minuts. Promovem que l'empresa permeti fer-les dins la jornada de treball per facilitar la conciliació.
- Es trenca el concepte que vida personal i vida laboral estan totalment separades i no interfereixen. Hi ha un abordatge des d'una mirada holística i global de la persona. Només si les persones estan en harmonia en les diferents esferes de la seva vida, podran aportar el màxim potencial allà on estiguin (a la feina, etc.).
- Autogestió del propi benestar. Acosta el concepte de benestar a les persones. Ajuda a fer-se més conscients que amb petits canvis es produeixen grans beneficis. Permet que la persona pugui gestionar quan i com es cuida, podent escollir en quina esfera vol ser atesa i en quin moment.
- El portal SomBenestar està pensat des d'una mirada ètica global (absoluta confidencialitat, no registre d'informació i dades personals, etc.) i des d'un model d'atenció centrat en les necessitats de les persones (AICP).
- Incorpora la tecnologia en un sector on existeix la presencialitat física. Això permet l'accés al servei de persones que viuen o treballen en qualsevol punt del territori, evitant desplaçaments, optimitzant el temps personal, i a la vegada que puguin accedir tot perfil de persones.

Principals factors que permeten la transferència i replicabilitat

La missió ens parla de millorar la realitat de les persones. Així, seguint amb la nostra missió, volen generar canvis pel bé comú des de les mateixes institucions, entitats i empreses, començant pel benestar dels seus treballadors/es.

La transferència de l'experiència a altres empreses o entitats ja l'han posat en marxa des de fa uns mesos i és un repte a seguir impulsant aquest any 2022.

Volem donar a conèixer els efectes positius que genera en una organització, sentir que l'empresa té cura del teu benestar. En la filosofia de Suara hi ha la intercooperació: per això generaran converses de transferència de coneixement amb entitats properes als seus valors.

Per altra banda, moltes entitats i organitzacions els han plantejat fer ús de la plataforma. En ser una plataforma digital i fer-se les sessions d'acompanyament a través d'Internet permet escalar el projecte a tota mena d'institució, entitats o empresa, estiguin

centralitzades o descentralitzades, que facin treball presencial o teletreball.

Actualment, la plataforma està en català, castellà i anglès, i les professionals poden prestar el seu suport en els 3 idiomes. Davant els reptes poblacionals (envelliment, atur, mediambiental, etc.) l'empresa es responsabilitza per fer un canvi de visió i un trencament de la concepció que només són les administracions públiques les que han de tenir cura de la ciutadania.