



Programa WellNes Nestlé

La promoció d'hàbits de
vida saludable a l'empresa

Nestlé España, S.A.
3er Cicle d'Empresa i Responsabilitat Social Empresarial





La Nutrició, la Salut i el Benestar
són un compromís històric amb el consumidor



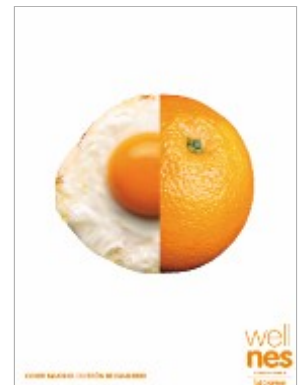
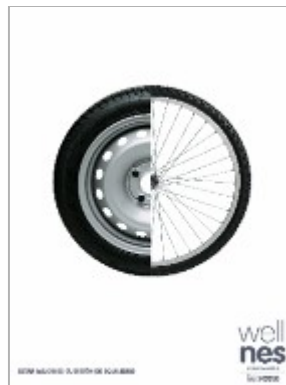
La Nutrició, la Salut i el Benestar

- A Nestlé són una feina de tots
- Formen part de l'estratègia i de la cultura corporativa

**6.000 col·laboradors Nestlé =
6.000 ambaixadors de la Nutrició, la Salut i el
Benestar**

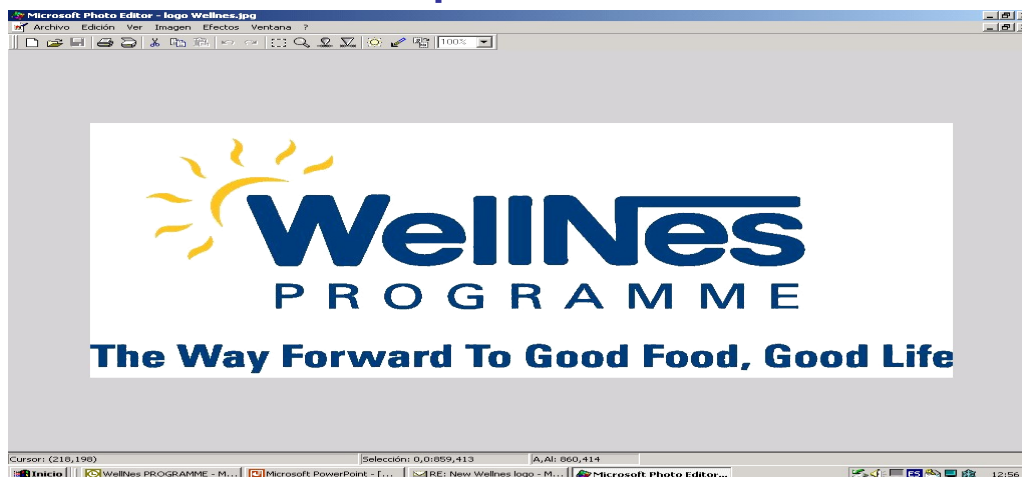
▶ 2003: llançament del Programa WellNess

- Creació d'un entorn favorable
- Intervenció integral: Dieta + Activitat física



▶ Objectius

- Sensibilització
- Millora d'hàbits
- Pro-activitat, compromís i referència



Iniciatives

- Formació en Nutrició
- Foment i promoció d'hàbits de vida saludables
- Prevenció

Implicació
360°



Formació presencial en Nutrició Programa NQ

- 100% del col·lectiu implicat i format
- 200 sessions de formació
- 20.000 hores de formació
- Continguts adequats a cada col·laborador en funció del seu rol a la companyia



Materials NQ

- Tríptico amb DVD mòdul bàsic
- Dossier nutricional productes



Foment d'hàbits saludables

- Programa **El Plaer de l'Equilibri**: oferta *wellness* en el menú diari
- Sessions de cuina saludable
- Finançament parcial de la quota del gimnàs
- Setmanes **WellNes** i **WellNes Days**, informació, sessions de cuina, conferències, sampling productes, etc.
- Participació en la iniciativa **Global Corporate Challenge**



Foment d'hàbits saludables

- Programa **El Plaer de l'Equilibri**: oferta *wellness* en el menú diari

Programa 'El Plaer de l'Equilibri'

	Punts
MENÚ WELLNESS	9
BUFFET DE ENSALADAS	4
▶ GAZPACHO ANDALUZ	1
Sabías que el gazpacho es un cóctel de vitaminas que nos hidrata y refresca?	
PIZZA VENECIANA	4
ENSALADA VICHY	4
CORDERO A LA PASTORA	12
RAPE A LA PLANCHA	9
MELÓN CON JAMÓN	9

30% de l'opció diària

Menú *Wellness* equilibrat

Consells nutricionals sobre els plats



Bufet d'amanides

Foment d'hàbits saludables

- Programa El Plaer de l'Equilibri: oferta *wellness* en el menú diari
- Sessions de cuina saludable

▶ Sessions culinaires wellness



100 sessions
1.500 participants

Foment d'hàbits saludables

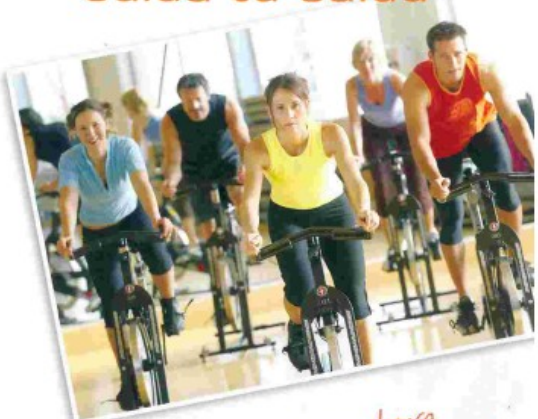
- Programa El Plaer de l'Equilibri: oferta *wellness* en el menú diari
- Sessions de cuina saludable
- Finançament parcial de la quota del gimnàs



▶ Finançament quota del gimnàs

Adherit el 12% del col·lectiu

Nestlé
cuida tu salud



¡Anímate, empieza ahora con una vida saludable!

WellNes
PROGRAMME
The Way Forward To Good Food, Good Life

DiR

Y LLEGA LA CUARTA JORNADA DE LA SEMANA

SALUD PASO A PASO



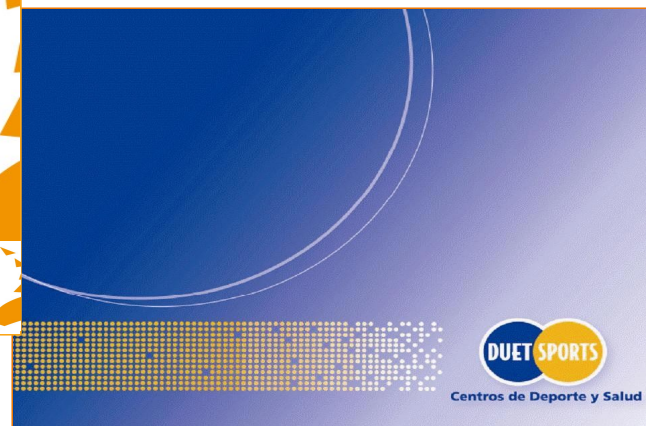
Hoy te daremos una buena idea...

Día 4
¡Pulsa aquí!

WellNes In Action
The Way Forward To Good Food, Good Life



Día 4
¡Pulsa aquí!



DUET SPORTS
Centros de Deporte y Salud



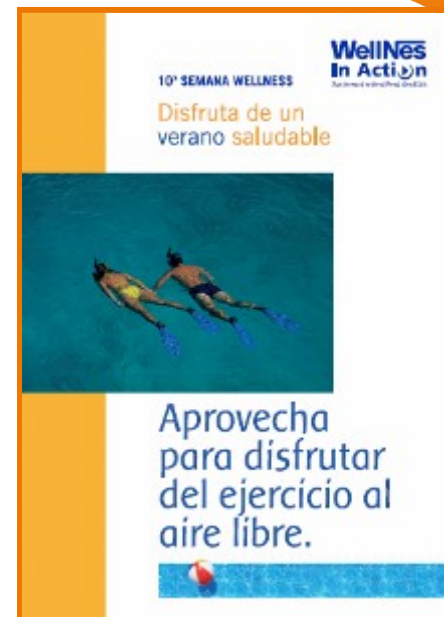
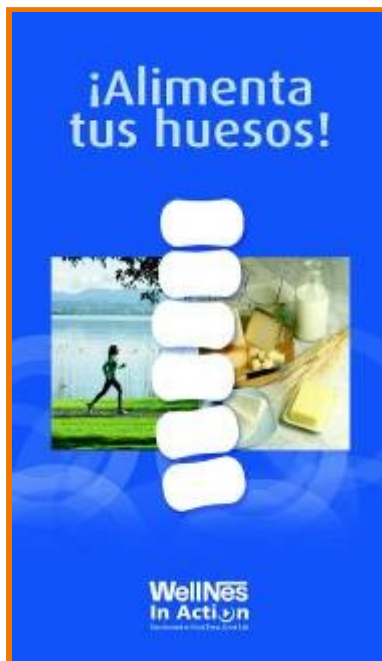
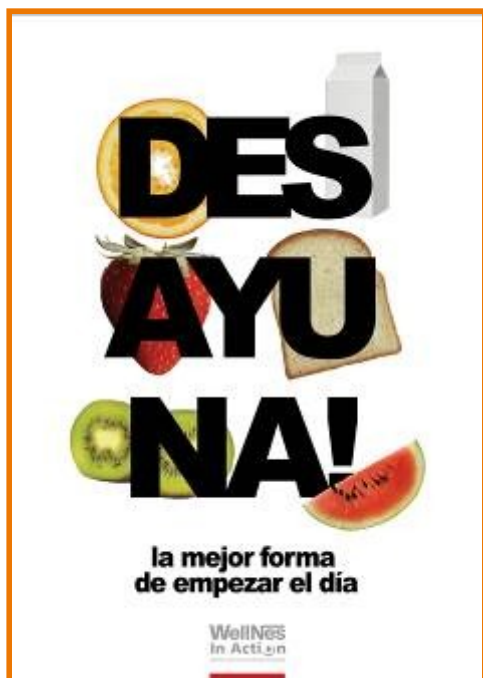
Foment d'hàbits saludables

- Programa El Plaer de l'Equilibri: oferta *wellness* en el menú diari
- Sessions de cuina saludable
- Finançament parcial de la quota del gimnàs
- **Setmanes WellNes i WellNes Days**, informació, sessions de cuina, conferències, sampling productes, etc.





Setmanes WellNes





WellNes Days



**¡Comprueba
cuánto sabes de nutrición
a través de nuestras marcas!**

Responde 15 sencillas preguntas
y mide tu **NQ**

Empieza a medir tu NQ



**WellNes
In Action**
Fast forward to Good Food, Good Life

¿Consumes suficientes
cereales integrales?



Hoy te explicaremos la importancia
de incluir **cereales integrales** en
tu dieta habitual y los beneficios
que aportan a tu desayuno.

[Descúbrelo clicando aquí.](#)



**WellNes
In Action**
Fast forward to Good Food, Good Life

Te damos la **bienvenida** al primer



Hoy inauguramos los **WellNes DAY**
una nueva manera de comunicarnos
contigo y proporcionarte información
relevante sobre nutrición, salud y
bienestar, de forma ágil, fácil y concisa.
Esperamos que te guste.

Día sin gluten

[¿Sabes qué es el gluten y cómo afecta a la vida
de muchas personas?](#)

[Pulsa aquí para descubrirlo.](#)

**WellNes
In Action**
Fast forward to Good Food, Good Life

Durante el **verano**,



no des vacaciones a tu salud

[Descubre los mejores consejos
para disfrutar de las vacaciones mientras te cuidas
y consigues un fantástico regalo!](#)

[Pulsa aquí](#)

**WellNes
In Action**
Fast forward to Good Food, Good Life

**WellNes
In Action**
Fast forward to Good Food, Good Life

▶ Tai-txi a l'oficina



Foment d'hàbits saludables

- Programa El Plaer de l'Equilibri: oferta *wellness* en el menú diari
- Sessions de cuina saludable
- Finançament parcial de la quota del gimnàs
- Setmanes WellNes i WellNes Days, informació, sessions de cuina, conferències, sampling productes, etc.
- Participació en la iniciativa **Global Corporate Challenge**

▶ Global Corporate Challenge



- Programa de salut i benestar de 125 dies de duració a partir d'una **competició inter-empreses**
- Incentiva al treballadors a ser actius, marcant-nos l'objectiu de superar els **10.000 passos diaris**
- Cada participant disposa d'un podòmetre per mesurar els passos diaris i reporta diàriament la informació via online
- L'any 2009, Nestlé España va ser la primera empresa espanyola en participar en aquesta iniciativa mundial amb 567 participants, un **62% de la plantilla de l'oficina central**
- Aquest any hi participa el **100% del col·lectiu de la fàbrica Nestlé de Pontecesures**





Prevenció

- Revisió mèdica anual que inclou:
 - Exploració física completa
 - Analítica completa
 - Risc cardiovascular
 - Pressió arterial
 - Índex glucèmic
 - Electrocardiograma
 - Revisió ginecològica, citologia i mamografia
 - Programa de detecció precoç de: càncer de pròstata, osteoporosi, glaucoma
 - Vacunació voluntària contra grip, diftèria, tètanos
 - Etc.



Prevenció

- Programa de Teràpia Dietètica:
 - Participa el 20% del col·lectiu afectat per obesitat i sobrepès
 - 60% d'èxit: reducció de l'IMC 5-10%
- Ergonomia bàsica:
 - 140 sessions
 - 1.800 participants
- Àrees sense fum:
 - De 2001 a 2005
 - 30-60% d'èxit
- Intel·ligència emocional
- Com conviure amb l'estrès
- Xerrades amb nutricionistes



Factors clau de l'èxit

- Compromís Top Down
- Assignació de recursos específics
- Comunicació interna
- Continuitat
- Medició i seguiment dels resultats

Valoració

- Un 85% del col·lectiu valora el Programa WellNes com positiu o molt positiu
- Un 15% declara haver adquirit hàbits més saludables
- Trasllat a l'entorn personal i professional

▶ Un programa reconegut i premiat

Premi PAAS



Generalitat de Catalunya
www.gencat.cat

Edició 2009

Departament de Salut

Premi Estrategia NAOS

Edició 2009



MINISTERIO
DE SANIDAD
Y POLÍTICA SOCIAL



agencia
española de
seguridad
alimentaria y
nutrición

**Premi a la millor
Formació
Nutricional**

Premi a la Gestió de les
Tecnologies de la Salut
de la Fundación Bamberg

Edició 2015



FUNDACION
BAMBERG



**Premi al millor treball sobre la Salut
Laboral**

Societat Catalana de Seguretat i Medicina del
Treball amb col·laboració amb la Fundació Mutua
Universal





Moltes gràcies!

Cristina Rovira
Departament WellNes Nestlé España
mcristina.rovira@es.nestle.com

