

Propuesta Team Building

Dpto. RRHH
Clínicas Tu Salud S.A

Índice

- 1 Introducción
- 2 Objetivos
- 3 Cronograma
- 4 Calendario
- 5 Grupos
- 6 Dinámica Team Building
- 7 Presupuestos



Introducción

100 personas: 10 directivos, 10 celadores, 15 médicos, 20 pers. adm.; el resto (45): personal de enfermería, laboratorio, limpieza y auxiliares.

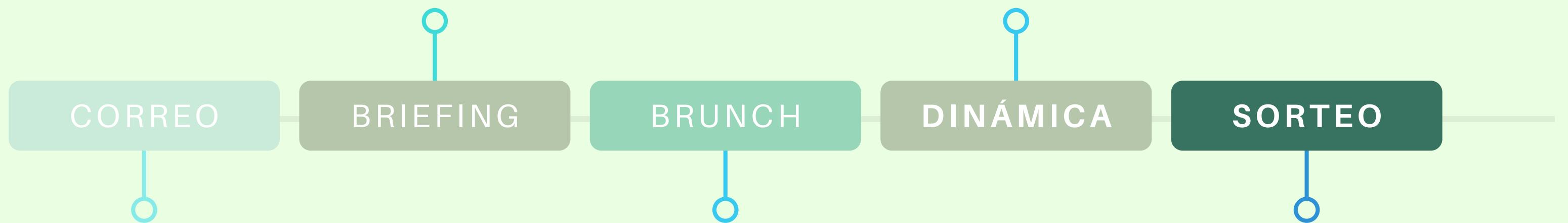
- El personal sanitario ha sufrido **estrés** por la situación de pandemia
- Saturación, **bajas**, horas extras, falta de conciliación vida personal
- Bajas por **depresión y ansiedad**
- 80% más de 10 años de antigüedad; el resto nuevo

El CEO se siente en deuda y pide ayuda a RRHH
Presupuesto **200€ por persona**

Objetivos

1. El principal objetivo es **reducir el desgaste** causado por el estrés del Covid incidiendo en mejorar su bienestar físico, mental y social
2. Volver a recuperar la **tranquilidad y buen ambiente** en el entorno laboral: Ofrecer un ambiente destensado y relajado
3. Promover y facilitar la **conciliación personal**

Cronograma



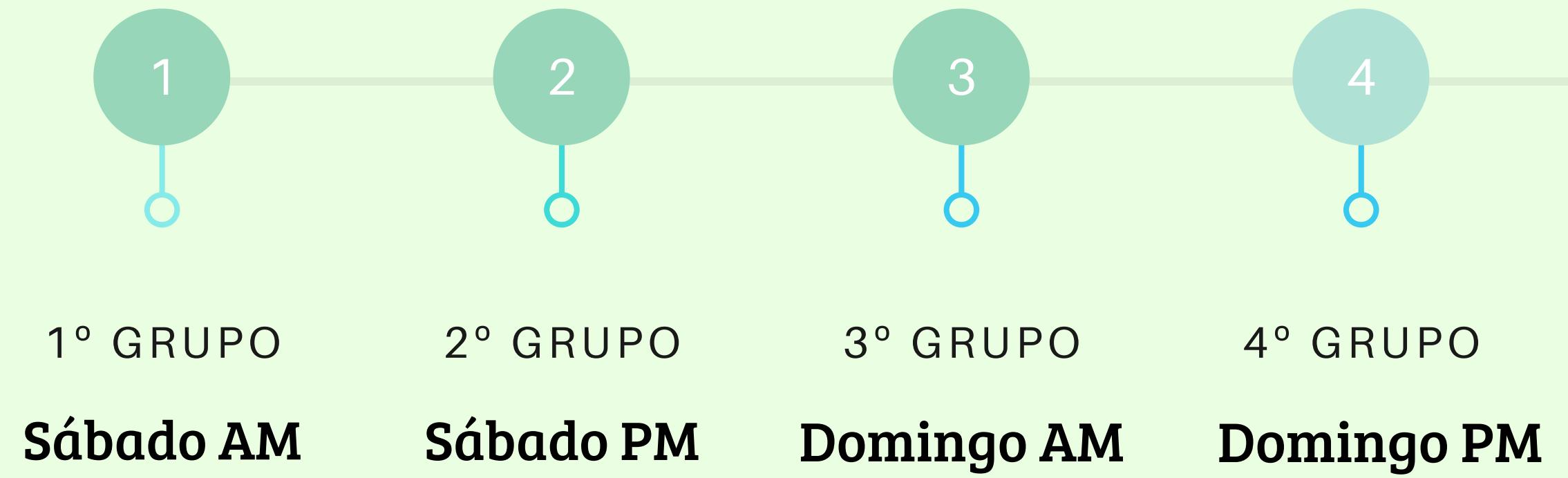
Calendario

| enero de 2023 | | | | | | |
|---------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | X | J | V | S | D |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| marzo de 2023 | | | | | | |
|---------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | X | J | V | S | D |
| 27 | 28 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |



Grupos



Parte 1. Dinámica Team Building

Agradecimientos

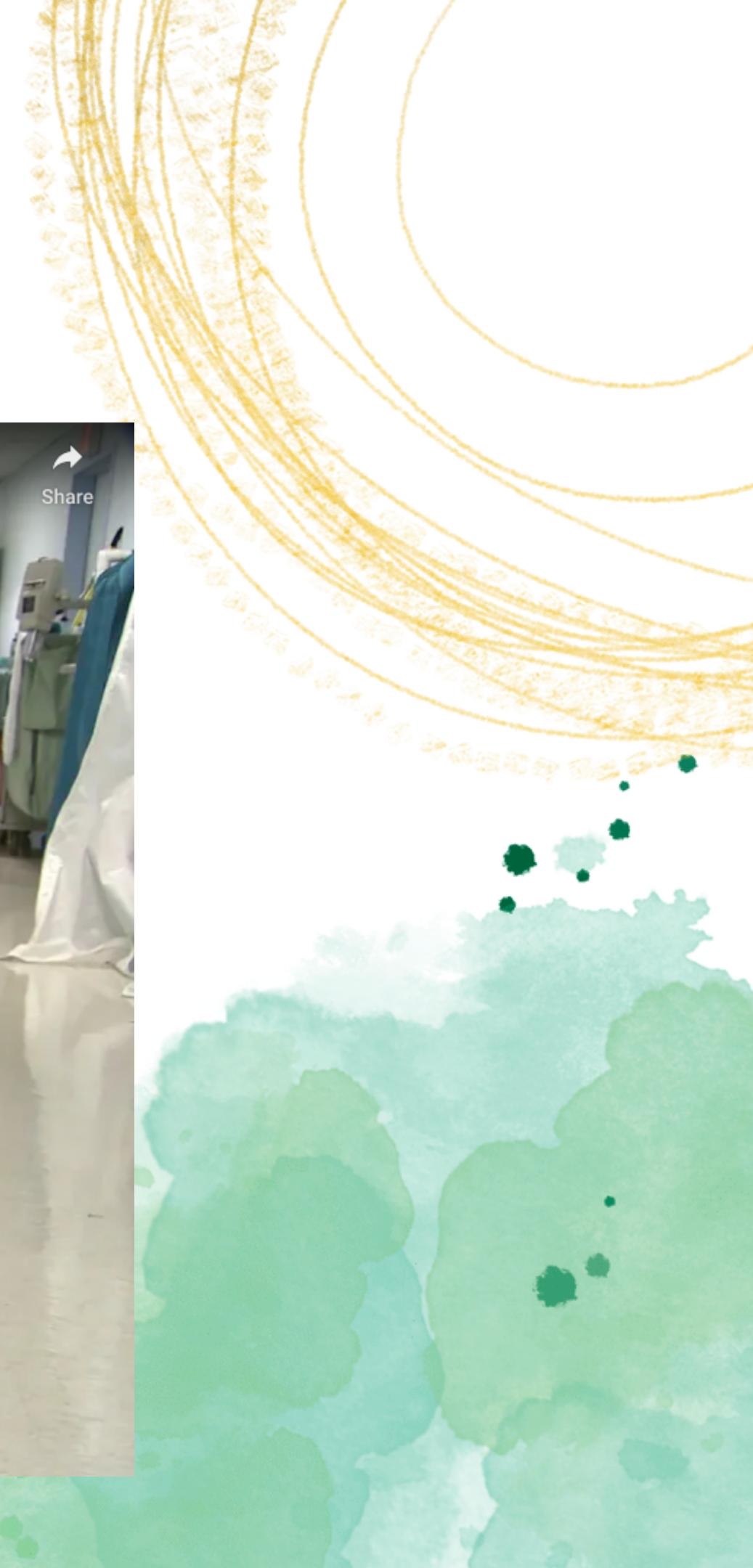
Relación de transparencia conversacional. Feedback situacional general (por qué más estrés) y laboral (agradecimiento de desempeño)

- Vídeo agradecimiento
- Invitación dinámica
- Aperitivo

Desayuno Merienda



Video Agradecimiento



Parte 2. Dinámica Team Building

Actividad **conciliación trabajo-familia:**

- Monitora para niños (Manualidades, juegos, pintacaras...)
- Risoterapia
- Sorteo (entradas Isla Mágica para toda la familia)
- Catering (Almuerzo o cena)

(Sábado y Domingo)

Beneficios risoterapia

Efectos físicos

- Mejor oxigenación y circulación
- Previene el infarto
- Facilita el sueño

Efectos psicológicos

- Elimina el estrés
- Alivia la depresión
- Libera endorfinas (analgésico natural)
- Ayuda a afrontar ansiedad



¿Quién lo imparte?

Antonio Galisteo Delgado, Coach

Profesional con amplia experiencia en:

- Inteligencia emocional
- Relaciones saludables
- Coaching escénico: Escenarios de transformación para equipos
- Speaker motivacional



Shabby & Chic - Espacios para eventos





Espacio para
ergoterapia

Espacio al aire
libre



Espacio para
manualidades

Servicio Catering

Manzano-Deco-Gourmet

Manzano-Deco-Gourmet



Presupuesto

| Grupo | Agradecimientos | 3 Monitores | Risoterapia | Bingo | Establecimiento | Catering |
|-------|-----------------|------------------|-------------|-------------|-----------------|------------------|
| 1 | 8€ x 25 pax | 10€ x 3 pax x 5h | 1,000 / día | 25€ x 5 pax | 2000€ / día | 30€ x 4 x 25 pax |
| 2 | 8€ x 25 pax | 10€ x 3 pax x 5h | - | 25€ x 5 pax | - | 30€ x 4 x 25 pax |
| 3 | 8€ x 25 pax | 10€ x 3 pax x 5h | 1,000 / día | 25€ x 5 pax | 2000€ / día | 30€ x 4 x 25 pax |
| 4 | 8€ x 25 pax | 10€ x 3 pax x 5h | - | 25€ x 5 pax | - | 30€ x 4 x 25 pax |
| Total | 800€ | 600€ | 2000€ | 500€ | 4000€ | 12,000€ |



¡Gracias por la atención!