



HEALTHY WORKPLACES AWARD'22

PRÉMIO LOCAIS DE TRABALHO SAUDÁVEIS

[HEALTHYWORKPLACES.PT](https://www.healthyworkplaces.pt)

CHECKLIST

A presente Checklist, composta por três partes, tem por objectivo ser, simultaneamente, uma lista de verificação e um instrumento orientador das boas práticas e da promoção de Locais de Trabalho Saudáveis.

Antes de preencher e submeter a **candidatura** consulte esta checklist para preparar as suas respostas.

Nota: Este documento é apenas uma ferramenta de consulta. Não serão aceites candidaturas por email.

A **Parte I** apresenta **16 perguntas**, de resposta obrigatória, face às quais a entidade candidata deve indicar o nível que melhor traduza a sua auto-avaliação, utilizando para tal a seguinte escala:

- 3** Sim
- 2** Parcialmente
- 1** Em Progresso
- 0** Não

A **Parte II** é constituída por **13 perguntas** que visam objectivar, descrever e fundamentar algumas das respostas avaliadas positivamente na primeira parte. Consideram-se respostas positivas aquelas que correspondem aos níveis 3, 2 ou 1 da escala supramencionada. Salienta-se que a resposta a cada pergunta se encontra condicionada por um número limite de caracteres.

A **Parte III** contempla **2 questões**, destinando-se apenas a fornecer informação complementar para o júri, não sendo, por isso, objecto de pontuação.

PARTE I

Relativamente às 16 perguntas, de resposta obrigatória, que encontra abaixo, deve indicar o nível que melhor traduza a sua auto-avaliação, utilizando para tal a seguinte escala:

01. A entidade recolhe informação, regularmente e de forma sistematizada, de modo a caracterizar a segurança, a Saúde (física e psicológica) e o bem-estar no local de trabalho?

02. *Se respondeu 1, 2 ou 3 à pergunta anterior*

Os indicadores recolhidos são partilhados com os colaboradores e utilizados para, de forma participativa, gerar medidas de promoção da segurança, saúde e bem-estar no local de trabalho?

03. No último ano a entidade realizou acções de vigilância da Saúde Psicológica dos trabalhadores, assim como do seu bem-estar?

04. A entidade implementou o desenvolveu, no ano transacto, um plano global e/ou projectos e acções de promoção da segurança, da saúde (física e psicológica) e do bem-estar no local de trabalho?

05. A entidade utiliza ferramentas de avaliação dos riscos psicossociais, que lhe permitem elaborar um diagnóstico psicossocial do local de trabalho e delinear estratégias adequadas de prevenção desses riscos? (na avaliação dos riscos psicossociais é dada atenção aos riscos associados com a idade, nomeadamente a obsolescência de competências, a falta de formação, a discriminação pela idade, a falta de equilíbrio entre a vida pessoal e familiar e a vida profissional devido a responsabilidades de cuidado de familiares e possíveis alterações das aptidões funcionais e do estado de Saúde Psicológica)?

06. A entidade implementou ou desenvolveu, no ano transacto, um plano global e/ou projectos e acções de prevenção e intervenção nos riscos psicossociais (por exemplo, stresse ocupacional, violência, assédio ou conflitos)?

07. A entidade assegura a avaliação psicológica dos trabalhadores e a referenciação para os serviços de Saúde adequados quando se constata incapacidade laboral relacionada com problemas de Saúde Psicológica?

08. A entidade disponibiliza oportunidades de formação sobre riscos psicossociais, stresse ocupacional, saúde e bem-estar no local de trabalho?

09. A entidade proporciona aos trabalhadores oportunidades de crescimento e desenvolvimento profissional e pessoal, que lhes permitem expandir o seu conhecimento, aptidões e competências (sendo que o acesso a estas oportunidades é feito de forma igualitária e não discriminada em função do género, idade, etc. dos colaboradores)?

10. A entidade promove uma política de comunicação interna, entre todos os níveis hierárquicos, que facilita o processo de feedback, a abertura e a transparência?

11. A entidade incentiva a participação e o envolvimento efectivos dos trabalhadores nos processos de tomada de decisão da organização?

12. Existem na entidade políticas e programas que facilitam e promovem o equilíbrio entre a vida profissional e a vida pessoal e familiar?

13. A entidade oferece aos seus colaboradores um Seguro de Saúde que cobre não só a Saúde Física mas também a Saúde Mental?

14. A entidade implementa medidas de encorajamento e promoção de estilos de vida saudáveis?

15. A entidade faz uma gestão dos Recursos Humanos sensível às questões etárias, ou seja, focando-se especificamente nas características e necessidades dos colaboradores conforme a sua idade?

A. Grandes Empresas

A entidade tem um ou mais psicólogos/as nos seus quadros?

B. Micro, Pequenas e Médias Empresas

A entidade tem um ou mais psicólogos/as nos seus quadros e/ou tem acesso a serviços de Psicologia prestados por entidades externas.

PARTE II

Considera-se resposta positiva a utilização dos níveis 3, 2 e 1 nas respostas a Parte I da presente *checklist*.

01. Em caso de resposta positiva à **pergunta 01 da Parte I** — *A entidade recolhe informação, regularmente de forma sistematizada, de modo a caracterizar a segurança, a Saúde (física e psicológica) e o bem-estar no local de trabalho* — explique como se processa a recolha de informação e quais são os indicadores mais relevantes que são recolhidos.

máximo: 500 caracteres

02. Em caso de resposta positiva à **pergunta 04 da Parte I** — *A entidade implementou, no ano transacto, um plano global e/ou projectos e acções de promoção da segurança, da saúde (física e psicológica) e do bem-estar no local de trabalho?* — descreva de forma sucinta esse plano ou projectos, referindo de forma sucinta, entre outros aspectos, objectivos, público-alvo, intervenientes, recursos, formas de avaliação e resultados obtidos.

máximo: 1000 caracteres

03. Em caso de resposta positiva à **pergunta 5 da Parte I** — *A entidade utiliza ferramentas de avaliação dos riscos psicossociais, que lhe permitem elaborar um diagnóstico psicossocial do local de trabalho e delinear estratégias adequadas de prevenção desses riscos? (na avaliação dos riscos psicossociais é dada atenção aos riscos associados com a idade, nomeadamente a obsolescência de competências, a falta de formação, a discriminação pela idade, a falta de equilíbrio entre a vida pessoal e familiar e a vida profissional devido a responsabilidades de cuidado de familiares e possíveis alterações das aptidões funcionais e do estado de Saúde Psicológica)?* — explicita o modo como se procede a essa avaliação, referindo, entre outros aspectos, intervenientes, instrumentos e resultados.

máximo: 500 caracteres

04. Em caso de resposta positiva à **pergunta 6 da Parte I** — *A entidade implementou, no ano transacto, um plano global e/ou projectos e acções de prevenção e intervenção nos riscos psicossociais (por exemplo, stresse ocupacional, violência, assédio ou conflitos)?* — descreva, de forma sucinta, uma iniciativa prevista considerada relevante, referindo, entre outros aspectos, objectivos, público-alvo, intervenientes, recursos, formas de avaliação e resultados obtidos.

máximo: 1000 caracteres

05. Em caso de resposta positiva à **pergunta 7 da Parte I** — *A entidade assegura a avaliação psicológica dos trabalhadores e a referenciação para os serviços de Saúde adequados quando se constata incapacidade laboral relacionada com problemas de Saúde Psicológica?* — explicita o modo como se procede a essa avaliação e referenciação e integração.

máximo: 500 caracteres

06. Em caso de resposta positiva à **pergunta 9 da Parte I** — *A entidade proporciona aos colaboradores oportunidades de crescimento e desenvolvimento profissional e pessoal, que lhes permitem expandir o seu conhecimento, aptidões e competências (sendo que o acesso a estas oportunidades é feito de forma igualitária e não discriminado em função da idade dos colaboradores?)* — descreva uma dessas oportunidades.

máximo: 500 caracteres

07. Em caso de resposta positiva à **pergunta 10 da Parte I** — *A entidade promove uma política de comunicação interna, entre todos os níveis hierárquicos, que facilita o processo de feedback, a abertura e a transparência?* — descreva de que modo, essa política facilita o processo de feedback, abertura e transparência.

máximo: 500 caracteres

08. Em caso de resposta positiva à **pergunta 11 da Parte I** — *A entidade incentiva a participação e o envolvimento efectivos dos colaboradores nos processos de tomada de decisão da organização?* — descreva de que modo a participação e o envolvimento dos colaboradores são incentivados.

máximo: 500 caracteres

09. Em caso de resposta positiva à **pergunta 12 da Parte I** — *Existem na entidade políticas e programas que facilitam e promovem o equilíbrio entre a vida profissional e a vida familiar?* — descreva, até ao máximo de três medidas, que facilitem e promovam o equilíbrio entre a vida profissional e a vida familiar.

máximo: 700 caracteres

10. Em caso de resposta positiva à **pergunta 14 da Parte I** — *A entidade implementa medidas de encorajamento e promoção de estilos de vida saudáveis?* — descreva duas dessas medidas.

máximo: 500 caracteres

11. Em caso de resposta positiva à **pergunta 15 da Parte I** — *A entidade faz uma gestão dos Recursos Humanos sensível às questões etárias, ou seja, focando-se especificamente nas características e necessidades dos colaboradores conforme a sua idade* — descreva de forma sucinta essa estratégia de gestão.

máximo: 1000 caracteres

12. Em caso de resposta “Sim” ou “Parcialmente” à **pergunta 15 da Parte I**, por favor, indique o(s) nome(s) e respectivo(s) número(s) de cédula profissional e/ou a identificação da entidade que presta serviços externos.

13. Complemente, com informação ainda não apresentada, por que razão considera que a entidade deverá ser distinguida com o Prémio Healthy Workplaces 2022.

máximo: 700 caracteres

PARTE III

As perguntas que se seguem não serão objecto de pontuação, destinando-se apenas a fornecer informação complementar para o júri.

01. Refira as fontes de informação a que recorreu para responder à Checklist. Numa análise SWOT simples identifique, até no máximo de três pontos para oportunidades e desafios sentidos na sustentabilidade da organização promovidos pela promoção da saúde mental e do bem-estar no local de trabalho.

máximo: 800 caracteres

02. Explícite as necessidades da entidade no que diz respeito à intervenção e serviços do Psicólogo/a, nomeadamente no que concerne à formação e avaliação/intervenção nos riscos psicossociais, assim como no desenho e aplicação de programas de saúde mental e bem-estar na organização.

máximo: 500 caracteres

NOTA: Caso considere útil, para responder a esta pergunta, pode consultar o **Perfil dos Psicólogos do Trabalho**.



**HEALTHY
WORKPLACES
AWARD'22**

PRÉMIO LOCAIS DE TRABALHO SAUDÁVEIS

EMAIL PARA MAIS INFORMAÇÕES
HEALTHYWORKPLACES@ORDEMDOСПSICOLOGOS.PT

FORMULÁRIO DE CANDIDATURA
MAISPRODUTIVIDADE.ORG/HEALTHYWORKPLACES