CESFAM "Cardenal Caro"		Código: PR-06 Versión: 01 Fecha de la versión:03-08-2015 Paginas: 39 páginas Actualización: julio 2015 Revisión: Nov. 2015 Reunión:09 – 07- 2015

Protocolo de Trabajo Mejoramiento de Clima Laboral

Responsable: Juan Carlos Bonilla, Trabajador Social

Aprobado por: Andrés Cifuentes Tapia

Planteamiento de Trabajo en el mejoramiento de Clima Laboral.

CESFAM "Cardenal Caro"		Código: Versión: 01 Fecha de la versión:03-08-2015 Paginas: 39 páginas Actualización: julio 2015 Revisión: Nov. 2015 Reunión:09 – 07- 2015

INTRODUCCION

El presente documento tiene por finalidad evidenciar la existencia de mecanismos de mejoras en el clima laboral del Cefamy Cecofen lo que respecta a sus funcionarios de manera transversal y continua, sobre la base de la necesidades del planten de trabajo y también sobre la oferta que se genera desde las redes articuladas para estos fines.

PROPOSITO

Generar instancias que favorezcan por medio de la acción un ambiente laboral en las dimensiones individuales y grupales, mediante el ejercicio de estrategias de Autocuidado y reconocimiento público respondiendo a la necesidad de recreación, lúdicas, salud mental, evaluables de manera periódica con una frecuencia de 02 años.

ALCANCE

Todos los funcionarios de Cesfam y Cecof Villa el Indio.

RESPONSABILIDAD:

Los responsables de la ejecución de este plan de mejora son La Dirección de Cesfam, Comité de Autocuidado y todos quienes asuman la responsabilidad en alguna actividad que articule este Plan de Trabajo

MARCO LEGAL:

Espacios de Salud Familiar Protegidos.

CESFAM "Cardenal Caro"		Código: Versión: 01 Fecha de la versión:03-08-2015 Paginas: 39 páginas Actualización: julio 2015 Revisión: Nov. 2015 Reunión:09 – 07- 2015

FECHA DE ELABORACIÓN: 03 de Agosto de 2015.	
PREPARADO POR:	**REVISADO Y APROBADO POR:**
AS Juan Carlos Bonilla Costa. Firma:	Dr. Andres Cifuentes Tapia Firma:

LISTA DE REVISIONES				
N° REVISION	**N° SECCION**	**N° PAGINA**	**FECHA**	**NOMBRE**

1. DEFINICIONES:

Diagnóstico:

Estrategias par la realización Diagnóstica:

- **Levantamiento de Evidencias:**

  Dentro de las estrategias de construcción de programa de Autocuidado se utilizó el levantamiento de evidencias simple que respondía a la pregunta: *¿Qué actividad le gustaría a usted Desarrollar en las tardes de Autocuidado?, de los 40 funcionarios que respondieron destacan estas tres tendencias por sobre otras menos referentes (Anexo Nº 1)*

  - Yoga,
  - Manualidades,
  - Actividad Física.

- **Proyecto Actividades Lúdicas:**

  Dentro de las actividades de la Práctica de Educación de Párvulos y dentro de estrategias de trabajo de Innovación Laboral, la alumna **YanninaMuñoz** , Genera una Plan de Trabajo sobre la base de un Diagnóstico aplicado a funcionarios del Cesfam.Con la finalidad de generar actividades a desarrollar en los espacios de autocuidado. Dentro de esta visualización se desprende la necesidad de generar actividades que busquen el ***Fortalecer el trabajo en equipo del Cesfam Cardenal Caro para que realicen aportes trascendentales en las personas y la comunidad. (Análisis Cualitativo Anexo Nº 2),****se ejecuta taller de desarrollo personal*

*Denominado**"Dinámicas Lúdicas Para El Fortalecimiento Personal Y Del Equipo De Trabajo Del Cesfam Cardenal Caro",** dirigido al autoconocimiento, desarrollo de competencias en equipo, reflexión entre otros.(Anexo Nº3)*

Planificación y Ejecución:

I.-Programa de Aniversario

Dentro de las estrategias de fortalecimiento de lazos, identidad y sentido de pertenencia la Dirección de Cesfam solicita al Comité de Autocuidado la construcción de un Programa de Actividades para Celebración del 34ª aniversario de Cesfam mediante el trabajo en Alianzas distribuidas entre todos los funcionarios de Cesfam.

Las actividades Tuvieron como propósito participar de instancias lúdicas y de camaradería entre los funcionarios de nuestro Centro de Salud para favorecer un mejor clima laboral, generar espacios para compartir entre compañeros de trabajo y por supuesto conmemorar un nuevo Aniversario de nuestro querido Cesfam Cardenal Caro. Esta Actividad se replicará en enero 2016 según nuevos levantamientos de Evidencias. (Ver Anexo Nª 4)

II.-Programa de Autocuidado

- Respondiendo a las necesidades propias de una institución que trabaja en el abordaje de temáticas de Salud Primaria de sus usuarios. Se deben brindar espacios de participación en las dimensiones Corporal, recreativa y de Salud Mental. y según el levantamiento de evidencias (Anexo Nª1)

Objetivo General del Programa de Autocuidado :

- Coordinar, organizar he implementar un Programa dirigido a todos los funcionarios del Cesfam con el fin de promover el cuidado corporal y Salud mental saludable.

Objetivos Específicos:

- Promover las actividades recreativas que permitan la interacción activa de los funcionarios del Cesfam, con el fin de prevenir problemas de salud mental laboral.
- Fortalecer las relaciones interpersonales con el fin de enriquecer el clima laboral.

Metodología de Trabajo:

- Para llevar a cabo la organización y coordinación de estas actividades es necesario contar con reuniones mensuales contempladas los terceros viernes de cada mes, desde las 15:00hrs hasta las 16:48hrs. Dentro de este ítem se desprende la siguiente Programación (Anexo Nª5).

- Respondiendo a las necesidades propias de una institución que trabaja en el abordaje de temáticas de Salud Primaria de sus usuarios. Se deben brindar espacios de participación en las dimensiones Corporal, recreativa y de Salud Mental. y según el levantamiento de evidencias.

III.-Talleres de Acondicionamiento Físico.

Apoyos Externos y activación de Redes:

Este año 2015 contamos con la Red de Apoyo del Centro comunitario de La Pampa con quien se ha generado una alianza donde esta Institución nos impartirá Talleres de Acondicionamiento Físico y Bailes como Cueca, Salsa y Merengue. Estas Actividades se imparten a contar del mes de junio del presente de manera paralela a las actividades propias generadas por el comité de Autocuidado

IV.-Pausas Activas:

Dentro de las Estrategias para abordar las distintas dimensiones del Autocuidado en las esferas Laboral, Corporal y Salud Mental integrándolas como un todo en post de proteger y generar espacios de participación de los Funcionarios de Cecof Villa El Indio y Cesfam Cardenal Caro, se han generado alianzas con **Centro Comunitario de La Pampa** dependiente de la Ilustre Municipalidad de La Serena.
Esta Actividad Consiste en sesiones a realizar durante la jornada Laboral cuya duración es de 15 minutos, donde se realizan ejercicios físicos para cumplir los siguientes objetivos:

- Prevenir alteraciones psicológicas causadas por la fatiga física y mental.
- Potenciar el funcionamiento cerebral incrementando la productividad y el rendimiento laboral.
- Disminuir el estrés laboral y físico (generados por lesiones músculo esqueléticas).
- Aumentar la armonía laboral.

- Aliviar tensiones laborales producidas por inadecuadas posturas y rutina laboral.

Por lo anterior se invitó a participar y pausar unos minutos las funciones laborales los siguientes días: - CESFAM CARDENAL CARO: Miércoles y Jueves a las 10:00 hrs. (Duración 15 minutos, y se realizará en patio del SAPU o en su defecto en Sala Polivalente) - CECOSF VILLA EL INDIO: Lunes y Martes a las 15:00 hrs.
A su vez también se ha aprovechado el espacio brindado por las reuniones de sector de Salud Familiar para ejecución de estas actividades. Cabe destacar que la aplicación de esta actividad ha sido valorada y significada como importantes por los funcionarios participantes de Las Pausas Activas. Se propondrá la posibilidad de planificar y ejecutar en un segundo ciclo o más estas sesiones para el año 2016.

V.-Ejecución de Actividades Lúdicas de Fortalecimiento de Trabajo en Equipo.

- El siguiente proyecto ***"Dinámicas Lúdicas Para El Fortalecimiento Personal Y Del Equipo De Trabajo Del Cesfam Cardenal Caro"*** tiene como propósito fortalecer la sinergia de relaciones de los integrantes del Cesfam Cardenal Caro, para desarrollar habilidades propias del trabajo en equipo tales como: Cohesión de equipo, eficacia del equipo, comunicación asertiva, resolución de conflictos, entre otras.

- A través de este proyecto se realizarán diversas dinámicas grupales necesarias para desarrollar dichas competencias de trabajo en equipo, que involucren la participación de los funcionarios de todos los sectores del Cesfam los cuales son: transversal, verde y azul siguiendo la formalidad y estructura de las actividades y reuniones que realizan, además 3 a 4 veces al mes enfocar el desarrollo personal en las actividades de Autocuidado de cada uno de los integrantes, realizando

actividades que beneficien el desarrollo integral de los funcionarios pertenecientes al Cesfam Cardenal Caro.

- **Fundamentación**

El trabajo en equipo es una modalidad de articular las actividadeslaborales de un grupo humano en torno a un conjunto de fines, de metas yde resultados a alcanzar. El trabajo en equipo implica una interdependenciaactiva entre los integrantes de un grupo que comparten y asumen una misiónde trabajo. (UNESCO, 2000).

Existen muchos trabajos que dan prioridad al logro de una forma individualizada y, por lo tanto, la competencia, la jerarquía y la división del trabajo en tareas tan minúsculas que pierden muchas veces el sentido, no siempre resultan eficientes ya que desmotivan a las personas. Por el contrario el trabajo en equipo valora la interacción, alude a la colaboración y la solidaridad, teniendo como base la comunicación, para la negociación entre los miembros y así llegar a acuerdos y solucionar los conflictos.

El trabajo en equipo se caracteriza por la comunicación fluida y asertiva ya que esta permite que cada uno de los miembros que pertenecen al equipo puedan expresar sus opiniones, pensamientos y hacer valer sus derechos con respeto sin provocar algún conflicto o una división entre las personas, además estas relaciones se centran en las metas trazadas en un clima de confianza y de apoyo recíproco entre sus integrantes, donde los movimientos son de carácter sinérgico y se verifica que el todo es mayor al aporte de cada miembro, permitiendo mejoras en la obtención de resultados de mayor impacto.

VI.-Actividades que Responden a Oferta Emergente interna y externa.

A su vez y observando la historia de las actividades en los últimos años existe la posibilidad de que surjan otras actividades no planificadas con antelación como la oferta de actividades de autocuidado en coordinación con agentes externos como Consultoras, Universidades y la misma Corporación Municipal GGV. Como por ejemplo las Actividades lúdicas de salud Familiar Donde se vivencia capacitación, recreación y se abren espacios para compartir en el intercambio de regalos a Fin de año.

Conclusiones:

El modelo de Salud familiar brinda espacios protegidos para la interacción de funcionarios y trabajadores del Cesfam Cardenal Caro, en ambientes temáticamente distintos y que se van renovando y reconstruyendo según las inquietudes y necesidades de los funcionarios.

Por esta razón en Plan de Mejora del Ambiente Laboral de este centro de salud se plantea desde la organización de actividades fijas y variables. Fijas como la celebración del Dia del Trabajador, Fiestas Patrias, Aniversario de Cesfam entre otras y variables como Bingos, Tardes de Cine, Biodanza etc.

A su vez este Plan de Mejora se fortalece con el apoyo de otras Instituciones de la Red como Municipalidad, Centro Comunitario, Universidades, y el mismo Comité de Autocuidado a Nivel Comunal. Cabe destacar el apoyo de alumnos en práctica e internos de distintas carreras y casas de estudio que colaboran en la construcción de los Diagnósticos, Planificación y Ejecución de estas.

Los espacios de Autocuidado programados para los2dos y 3er viernes del mes deben valorados y utilizados por los funcionarios como una dimensión para conocerse, compartir y vivenciar otras experiencias en el ámbito del desarrollo personal y en grupo. Es por eso que estos espacios se transforman en lugares fundamentales en las organizaciones laborales de hoy. Sobre todas aquellas trabajan con el dolor ajeno, la enfermedad para así alejarnos del estrés y participar y ser parte de un plantel o equipo de trabajo lo más sano posible dentro de los niveles de demanda laboral posibles.

Anexos

Anexo Nº1

LEVANTAMIENTO DE EVIDENCIA "AUTOCUIDADO"

19 de Marzo del 2015

El instrumento de levantamiento de evidencia fue respondido por 40 funcionarios, lo cual fueron 3 varones y 37 mujeres.

Mujeres	
Actividad	**Cantidad de funcionarios**
Manualidades	IIIIIIIIIII = 12
Caminatas	III = 3
Masajes	II = 2
Actividad física	IIIIIIII = 9
Yoga	IIIIIIIIIIII = 13
Spa	III = 3
Actividad deportiva	I = 1
Pintura	IIII = 4
Manicure	II = 2
Bisutería	II = 2
Mándala	II = 2
Baile	IIII = 4
Guitarra	I = 1
Repostería	III = 3
Karaoke	I = 1
Teatro	I = 1
Biodanza	I = 1
Relajación	I = 1
Jugos y batidos y cup cake saludables	II = 2
Zumba	II = 2
Hombres	
Actividad	Cantidad de funcionarios
Yoga	I = 1
Biodanza	I = 1
Caminatas	I = 1
Baile Entretenido	I = 1
Pintura	I = 1
Actividad física (fuera del Cesfam)	I = 1
Karaoke	I = 1

Anexo Nº2

Diagnóstico: Análisis de Encuestas de Clima Laboral

He podido visualizar que son un equipo muy comprometido y cercano a las personas que llegan a atenderse al Cesfam, he quedado sorprendida por el trabajo que llevan a cabo y por los análisis, reflexiones y cohesiones que realizan como equipo de trabajo, sin embargo aun así no todos los integrantes del equipo participan de las opiniones y conversaciones sino que algunos solo guardan silencio sin darse la oportunidad de ser escuchados.

En algunas de las reuniones reflexionaban que han perdido el trabajo en equipo, que la comunicación muchas veces no es clara ni fluida y que todos comprenden y realizan acciones distintas, visualice la necesidad de ellos para desarrollar un óptimo y verdadero trabajo en equipo en base a las 5C como base fundamental del trabajo en equipo. Podemos visualizar que hay un factor muy importante que no es realizado por todos, la comunicación es la base fundamental de un equipo de trabajo ya que por medio de ella pueden expresar sus pensamientos, emociones, opiniones, etc. Además de que cada uno logre cumplir una función para lograr un objetivo en común, en las encuestas muchos mencionaban que el trato entre funcionarios no es muy satisfactorios sin embargo no lo han conversado por lo cual no se puede mejorar aquel ámbito es por eso necesario fortalecer la comunicación y a través de diversas dinámicas cada uno de los integrantes podrá mencionar sus intereses, necesidades, opiniones y reflexiones en favor de su desarrollo personal como del equipo de trabajo.

Además he podido analizar diversas conversaciones y opiniones que expresan los funcionarios del sector y he podido considerar que la mayoría de los integrantes del Cesfam Cardenal Caro siente la necesidad de perfeccionarse y de mejorar en favor de ellos, de las familias y de la comunidad que confía en el trabajo que realizan día a día por el cual se sienten muy cómodos con el horario en el cual desempeñan sus tareas pero si expresan en las encuestas que sus esfuerzos u horarios extras no son reconocidos por los demás funcionarios.

Además la solidaridad y la cooperación se ve afectada por los funcionarios es por ello necesario desarrollar que todos participen en las actividades que realicen como equipo, para que la carga laboral no solo quede en una persona sino que cada integrante cumpla su función de acuerdo a sus habilidades.

Es así como fundamento en la teoría de UrieBronfrenbrenner, el cual menciona que la ecología del desarrollo humano demuestra la progresiva acomodación mutua entre un ser humano activo, en desarrollo, y las propiedades cambiantes de los entornos inmediatos en los que vive la persona en desarrollo, en cuanto a este proceso se ve afectado por las relaciones que se establecen entre estos entornos, y por los contextos más grandes en los que están incluidos los entornos.

La persona en desarrollo es una entidad creciente y dinámica, que se adentra progresivamente en el medio en el que vive y lo reestructura. La interacción de la persona con el ambiente se da en las dos direcciones (reciprocidad). El ambiente no es sólo el entorno inmediato, incluye las interconexiones entre entornos e influencias externas de entornos más amplios.

Microsistema: Es el sistema en el cual el sujeto desarrolla roles y relaciones interpersonales con características físicas y psicológicas es un entorno en el cual las personas pueden con facilidad interactuar cara.

En este caso el niño/a es quien recibe estímulos de los niveles meso, exo y Macrosistema, estos estímulos pueden ser beneficiosos como también perjudiciales.

Mesosistema: Comprende las interrelaciones de dos o más entornos en los que la persona en desarrollo participa activamente.

La familia es el entorno en donde el niño/a participa o debiera participar activamente, en el cual se interactúa con reciprocidad.

Exosistema: se refiere a uno o más entornos que no incluyen a la persona en desarrollo como participante activo, pero en los cuales se producen hechos que

afectan a lo que ocurre en el entorno que comprende a la persona en desarrollo, o que se ven afectados por lo que ocurre en ese entorno.

El Cesfam es el encargado del desarrollo integral del niño/a, en el cual guía a la familia para un desarrollo óptimo. El niño no es participante activo pero si es quien recibe la estimulación que la familia debiera aprender en la institución.

Macrosistema: Se refiere a las correspondencias, en forma y contenido, de los sistemas de menor orden que existen o podría existir, al nivel de la subcultura o de la cultura en su totalidad, junto con cualquier sistema de creencias o ideología que sustente estas correspondencias.

Los programa que desarrolla en el Cesfam, tanto Chile Crece Contigo, entre otros es quien se encarga del desarrollo biopsicosocial de los niños y niñas, estos programas son impartido en todos los Cesfam para que a través de él se brinden beneficios a las familias y a los niños y niñas permitiendo su desarrollo positivo.

De esta manera me surge realizar el proyecto de innovación en favor de los funcionarios de la institución, como Educadora centrándome en el desarrollo de los niños y niñas, de la familia a la que pertenecen y de la comunidad que incide en su desarrollo integral.

Anexo Nº3

Actividades Lúdicas

Objetivos

Llevar a cabo los objetivos operativos los cuales ayudaran en diversos ámbitos para que el trabajo en equipo del Cesfam Cardenal Caro, logre desarrollar competencias y además fortalecer sus relaciones entre los funcionarios permitiendo una fluidez en el trascurso del día a día en cuanto al trabajo, la comunicación, la disposición y participación.

Objetivo general	Objetivo específico	Objetivo operativo
1. Fortalecer y el trabajo en equipo del Cesfam Cardenal Caro para que realicen aportes trascendentales en las personas y la comunidad.	*1.1 Desarrollar las habilidades de las 5C,(cooperación ,comunicación, compromiso, coordinación y confianza base fundamental para el trabajo en equipo*	*1.1.1 Realizar Dinámicas lúdicas grupales participativas, reflexivas, analíticas que ayuden al fortalecimiento del trabajo en equipo*

Estrategias y acciones a proyectar

- Realizar diversos tipos de Dinámicas para el fortalecimiento personal y del trabajo en equipo.
- Incorporar la participación de los funcionarios del Cesfam cardenal caro para liderar una dinámica
- Acercar profesionales al Cesfam quienes realizarán dinámicas desde su especialización.

1. **Responsables (equipo de gestión)**

- Estudiante en práctica de Pedagogía en Educación Parvularia
- Educadora de párvulos
- Invitados externos
- Encargados de Autocuidado
- Encargados de sector

2. **Planificaciones.**

Las actividades para desarrollar las habilidades de las 5C del trabajo en equipo, comenzarán el mes de Noviembre, los días jueves por medio de cada semana, hasta el mes de diciembre. Sin cuartar la continuidad de este proyecto, el mes de enero se realizara el proceso de evaluación y reflexión.

Equipo De Trabajo Sector Transversal Del Cesfam Cardenal Caro.

- SOME
- Encargados de entrega de leche
- Farmacia
- Esterilización
- Vacunatorio
- Toma de muestra

Dinámicas Lúdicas y Juegos de Desarrollo personal, Fortalecimiento trabajo en equipo, Autoestima y emociones.

Se realizarán 2 Dinámicas en la semana, con un total de 20 sesiones los días martes y jueves de las 16 hrs. a las 17 hrs. En la sala de reuniones polivalente del Cesfam Cardenal Caro.

Equipo De Trabajo Sector Verde Cesfam Cardenal Caro.

- Médicos
- Enfermeras
- Kinesiólogos
- Psicólogos
- Asistentes Sociales
- Dentistas
- Educadora de Párvulos

Dinámicas Lúdicas y Juegos de Desarrollo personal, Fortalecimiento trabajo en equipo, Autoestima y emociones.

Se realizarán 1 Dinámica cada semana los días jueves durante la reunión de sector cumpliendo un total de 10 sesiones utilizando 10 a 20 minutos. En la sala polivalente del Cesfam Cardenal Caro.

Equipo De Trabajo Del Cesfam Cardenal Caro Y Cecof Villa El Indio.

Dinámicas Lúdicas y Juegos de Desarrollo personal, Fortalecimiento trabajo en equipo, Autoestima y emociones.

Se realizará 1 Dinámica en la semana correspondiente a los días viernes de autocuidado en el cual participa el Cesfam y Cecof, cumpliendo un total de 5 sesiones con una duración de 3 horas de las 14 hrs. A las 17 hrs. En las cuales participarán invitados especiales quienes realizarán las dinámicas y actividades en conjunto con la interna de educación parvularia.

Planificación del equipo de trabajo transversal.

Día	Martes 10 de Noviembre
Hora	De 16:00 a 17:00
Dinámica I	La fiesta de los nombres presentación para conocerse y aprenderse los nombres.

CESFAM "Cardenal Caro"		Código: Versión: 01 Fecha de la versión:03-08-2015 Paginas: 39 páginas Actualización: julio 2015 Revisión: Nov. 2015 Reunión:09 – 07- 2015

Objetivo	Disminuir la tensión que se genera al inicio de un evento y crear en los participantes conciencia de escoger la actitud y hacer del trabajo algo divertido.	
Recursos	**Tiempo**	**Preparación**
Materiales: Música de fondo **Humanos:** Equipo de trabajo Transversal	10 minutos	Sala de reuniones polivalente del Cesfam Cardenal Caro.
Desarrollo		

Se explica que va a haber una fiesta, y que cada cual debe llevar algo, pero que empiece con la inicial de su nombre. Se apunta en la pizarra.

El primero comienza diciendo su nombre y lo que va a llevar a la fiesta. El segundo repite lo que dijo el anterior, y luego dice su nombre y lo que va a llevar a la fiesta.

Por ejemplo:

1. Yo soy Pablo y voy a llevar EL PONCHE

2. Él es Pablo y va a llevar EL PONCHE y yo soy Ricardo y voy a llevar LOS REFRESCOS.

3. Él es Pablo y va a llevar EL PONCHE, él es Ricardo y va a llevar LOS REFRESCOS y yo soy Juana y voy a llevar LOS JUEGOS.

Y Así se repite sucesivamente hasta completar la cantidad de participantes.

Día	Martes 10 de Noviembre
Hora	De 16:00 a 17:00
Dinámica II	MASAJES

CESFAM "Cardenal Caro"		Código: Versión: 01 Fecha de la versión:03-08-2015 Paginas: 39 páginas Actualización: julio 2015 Revisión: Nov. 2015 Reunión:09 – 07- 2015

Objetivo	Permitir el contacto físico entre los participantes desarrollando la confianza e interacción.	
Recursos	**Tiempo**	**Preparación**
Materiales: Radio, música de relajación	10 minutos	Sala de reuniones polivalente del Cesfam Cardenal Caro.
Humanos: Equipo de trabajo Transversal		
Desarrollo		
La educadora pedirá al grupo que forme un círculo, la mitad se sentara y la otra mitad se quedara de pie detrás de un compañero, en ese momento se dispondrá de música de relajación entonces las personas dan un masaje a los hombros de sus compañeros, rotando cada minutos donde el otro compañero. Luego los que estaban de pie se sentaran y sus compañeros le realizarán los masajes.		
Día	Martes 10 de Noviembre	
Hora	De 16:00 a 17:00	
Dinámica III	El regalo…	
Objetivo	Desarrollar la capacidad de alegrar a sus compañeros y generar una buena armonía en el equipo.	
Recursos	**Tiempo**	**Preparación**
Materiales: sillas, música.	10 minutos	Sala de reuniones polivalente del Cesfam Cardenal Caro.
Humanos: Equipo de trabajo Transversal		

Desarrollo
En un regalo se pondrán los nombres de los participantes en una caja o en una bolsa. Pase la caja o la bolsa y pida a cada persona que tome un nombre. El regalo debe ser una palabra de aliento o ánimo para que utilice durante la semana en su trabajo. Daré al grupo unos minutos para que piensen en un regalo imaginario que le darían a la persona cuyo nombre les tocó. Se les pedirá que cada uno que entregue e regalo se ponga de pie y lo entregue a su compañero.

Día	Jueves 12 de Noviembre	
Hora	De 16:00 a 17:00	
Dinámica I	LA NOTICIA	
Objetivo	Motivar y potenciar aspectos positivos de los participantes.	
Recursos	**Tiempo**	**Preparación**
Materiales: Hojas y lápices	10 minutos	Sala de reuniones polivalente del Cesfam Cardenal Caro.
Humanos: Equipo de trabajo Transversal		
Desarrollo		
El animador puede motivar el ejercicio diciendo: “a diario recibimos noticias, buenas o malas. Algunas de ellas han sido motivo de gran alegría, por eso las recordamos con mayor nitidez. Hoy vamos a recordar esas noticias”. Explica la forma de realizar el ejercicio: los participantes deben anotar en la hoja las tres noticias más felices de su vida. En plenario, las personas comentan sus noticias: en primer lugar lo hace el animador, lo sigue su vecino de la derecha y así, sucesivamente, hasta terminar. En cada ocasión, los demás pueden aportar opiniones y hacer		

preguntas.

Día	Jueves 12 de Noviembre	
Hora	De 16:00 a 17:00	
Dinámica II	Me gusta tu trabajo porque…	
Objetivo	Reconocer y dar reconocimiento de la labor que cumple cada uno en su trabajo.	
Recursos	**Tiempo**	**Preparación**
Materiales: música de relajación.	10 minutos	Sala de reuniones polivalente del Cesfam Cardenal Caro.
Humanos: Equipo de trabajo Transversal		
Desarrollo		
Se les pedirá a los participantes que se sienten en un círculo que digan qué cosa les gusta de la persona que está a su derecha. Para esto se les dará un tiempo para pensar. Lo importante es que nombre una característica de su trabajo. Si no conocen el trabajo del otro, puede ser una característica de la personalidad.		

Luego se le preguntara a cada uno de los participantes que cosas mejorarían de su trabajo.

Planificación del equipo de trabajo sector verde.

Dinámicas de comunicación: Son juegos que buscan estimular la comunicación entre los participantes e intentan romper la unidireccionalidad de la comunicación verbal, en la que normalmente se establecen unos papeles muy determinados

Día	Jueves 12 de Noviembre	
Hora	De 10:00 a 10:30	
Dinámica I	Los Anteojos del pasado y del presente.	
Objetivo	Favorecer la escucha activa en la comunicación verbal y no verbal para favorecer nuevas posibilidades de comunicación.	
Recursos	**Tiempo**	**Preparación**
Materiales: Anteojos llamativos.	10 minutos	Sala de reuniones polivalente del Cesfam Cardenal Caro.
Humanos: Equipo de trabajo sector verde		
Desarrollo		
Con unos anteojos llamativos planteare: "éstos son los anteojos del pasado y del presente Cuando llevo estos anteojos recuerdo cuando llegue a este equipo… ¿Quiere alguien ponérselos y decir qué ve a través de ellos, su pasado y presente. Después de un rato, se sacan otros anteojos que se van ofreciendo a sucesivos En grupo, cada uno puede expresar cómo se ha		

CESFAM "Cardenal Caro"		Código: Versión: 01 Fecha de la versión:03-08-2015 Paginas: 39 páginas Actualización: julio 2015 Revisión: Nov. 2015 Reunión:09 – 07- 2015

Día	Jueves 12 de Noviembre	
Hora	De 10:00 a 10:30	
Dinámica II	La esfera de la reflexión	
Objetivo	Favorecer la escucha activa en la comunicación verbal y no verbal para favorecer nuevas posibilidades de comunicación.	
Recursos	**Tiempo**	**Preparación**
Materiales: lápiz y hojas de carta.	10 minutos	Sala de reuniones polivalente del Cesfam Cardenal Caro.
Humanos: Equipo de trabajo sector verde		
Desarrollo		
Todos dividirán una hoja por la mitad y escribirán en un lado lo que necesitan y en el otro a lo que se comprometen. Luego un voluntario mencionara lo que ha escrito y formara una esfera con el papel, luego la lanzara a otro compañero quien repetirá la misma acción agregando su papel a la esfera y la lanzara a otro compañero sucesivamente.		

sentido y qué ha visto a través de los anteojos. Puede ser el inicio de un diálogo sobre los problemas de comunicación en el grupo.

CESFAM "Cardenal Caro"		Código: Versión: 01 Fecha de la versión:03-08-2015 Paginas: 39 páginas Actualización: julio 2015 Revisión: Nov. 2015 Reunión:09 – 07- 2015

Planificación Actividad Autocuidado Cesfam Cardenal Caro y Cecof Villa el Indio.

PROGRAMA ACTIVIDAD AUTOCUIDADO VIERNES 13 DE NOVIEMBRE	
2:00 A 15:00	Preparación de sala con data para proyectar una presentación en powerpoint. Preparación del espacio al aire libre donde se realizaran las dinámicas para fortalecer el trabajo en equipo.
15:00 a 15:10	Presentación Proyecto Interna de Educación Parvularia, y breve explicación de los objetivos de las dinámicas a realizar.
15:10 a 15:30	Dinámica con globos: Fortalecer la coordinación y comunicación
15:30 a 15:45	Dinámica Sube y baja corporal: Fortalecer la confianza
15:45 a 16:00	Dinámica Buenos Deseos: Fortalecer las relaciones sociales y personales
16:00 a 16:15	Dinámica la unión hace la fuerza: Reflexión final, Desarrollando compromisos
16:15 a 16:30	Evaluación: Autoevaluación – Co-Evaluación- Evaluación actividad.

- **Propósitos de las actividades a realizar**

Permitir que los funcionarios realicen una reflexión y un análisis del proceso que han vivido de acuerdo al proyecto. Dando cuenta de los beneficios y dificultades de las dinámicas y terapias al formar parte del proyecto. Además de compartir le sobre crecimiento personal y del equipo de trabajo.

- **Establece procesos de seguimiento, sistematización y evaluación de procesos y resultados.**

A través de registros de observación para analizar cómo ha sido el proceso y de qué forma les ha ayudado el proyecto en cuando a su trabajo como a ellos siendo sujetos participantes.

Por medio de una encuesta y entrevista podre saber cómo las autoridades ven los beneficios y dificultades frente al proyecto en el funcionamiento de los sujetos del equipo de trabajo.

Los resultados serán dado a conocer al finalizar el proyecto y se le hará reconocimientos a los funcionaron que participaron activamente de este proceso.

Anexo Nº 4

Programa de Aniversario 2015

A todos Los funcionarios:

El Comité de Autocuidado del Cesfam Cardenal Caro se enorgullece en invitar a Usted a Participar del Aniversario nº 31.

Las actividades tienen como propósito participar de instancias lúdicas y de camaradería entre los funcionarios de nuestro Centro de Salud para favorecer un mejor clima laboral, generar espacios para compartir entre compañeros de trabajo y por supuesto conmemorar un nuevo Aniversario de nuestro querido Cesfam Cardenal Caro.

Modalidad de Trabajo.

Para favorecer la participación de Los funcionarios se dividirán por alianzas. Cada alianza recibirá un color: fucsia, naranjo y Lila. A su vez las alianzas podrán adoptar nombres de fantasía si lo estiman necesario. Cada alianza debe designar un **"Coordinador de Alianza"** quien será el interlocutor entre el grupo y los jueces y organizadores. La división de las alianzas se realizará bajo el criterio de repartir de manera equitativa a los varones en cada alianza y las damas se dividirán por estamento y al azar para que todos tengamos la oportunidad para compartir y socializar con compañeros que habitualmente quizás no lo hacemos a diario.

Recomendaciones:

Se enfatiza en que todos los funcionarios y funcionarias deben asistir vestidos con ropa cómoda ojala de verano considerando la época estival. A su vez ojala vengan con ropas según el color y nombre de alianza.

Financiamiento:

Se realizará una venta de Bazar donde los funcionarios donarán objetos nuevos o buen estado para su valorización y venta para financiar en parte la cena de aniversario.se pedirán 500 pesos por funcionario para materiales de programa, ornato y para hidratación.

Programa de Actividades:

Las actividades se realizarán entre los días 05 a 09 de enero del año 2015 en horario de la tarde. Serán principalmente actividades recreativas, de competencias, de servicio a la comunidad y al Cesfam y finalizaremos nuestro aniversario con una cena de aniversario y premiación. A su vez las actividades de servicio al Cesfam y a la comunidad pueden realizarse en horario de la mañana durante el día de sector de esa semana.

***Actividad de Servicio a la Comunidad*:** consiste en que cada alianza debe elegir una institución de la comunidad, hogar de niños, de ancianos, comedor abierto junta de vecinos entre otras y realizar una actividad de servicio como intervención a la entrega de insumos que esta institución de requiera. Deben asistir un número de 3 o 4 funcionarios. Se deben presentar fotos de la actividad como verificador.

Actividad de Servicio al Cesfam: Las alianzas deben elegir un sector para hermosear a hacer algún cambio positivo que denote trabajo y dedicación. Los Lugares designados son:

- Cecof
- Jardines Interiores Cesfam
- Jardines exteriores Cesfam
- Frontis Cesfam
- Sapu.

Cronograma de Actividades.

Día	Horario	Actividad
Lunes 05/01/2015	15:00hrs a 16.30hrs	• Presentación de Alianzas. • Grito de Alianza • Canto de Alianza • Presentación de mascota. • Presentación de Rey y Reina por Alianza. • Prueba sorpresa.
Martes 06/01/2015	15:00hrs a 16.30hrs	• Presentar traje de reciclaje con temática a elección. • Coreografía de Alianza. • Si lo sabe baile • Prueba sorpresa.
Miércoles 06/01/2015	15:00hrs a 16.30hrs	• Competencia de Baby futbol Mixto. • Torneo de Pin-Pon • Competencia de Zumba. • Prueba sorpresa.
Jueves 06/01/2015	08:00hrs y durante la mañana. 15:00hrs a 16.30hrs	• Los funcionarios atenderán a los pacientes disfrazados según la temática de su alianza. • Sckechst (obra graciosa) relacionada con el ambiente laboral. • Yincana. • Si lo sabe cante. • Prueba sorpresa.
Viernes 06/01/2015	15:00hrs a 16.30hrs	• Se entrega a los jueces los verificadores de las actividades de servicio al Cesfam y a la Comunidad.

	21:00hrs Cena de Aniversario y premiación de Reyes.	• Juego de la oca. • Pecho a tierra • Prueba sorpresa. • Premiación de alianza • Coronación de Reina y Rey. • Baile.

Calendarización

- El día 16 de diciembre del 2014 Se publicará en reloj control el listado de las Alianzas.

Premios a la Alianza Ganadora: a conversar con la Dirección del Cesfam

Comité de Autocuidado 2014.

CESFAM "Cardenal Caro"		Código: Versión: 01 Fecha de la versión:03-08-2015 Paginas: 39 páginas Actualización: julio 2015 Revisión: Nov. 2015 Reunión:09 – 07- 2015

Anexo Nº 5

Cronograma de Actividades Autocuidado. 2015

Mes	Actividad	Responsable	Evidencia
Enero	Aniversario de Cesfam	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Enero	Yoga	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Febrero	Bio danza	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Febrero	Karaoke	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Marzo	Celebración del Día de la Mujer	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Marzo	Firma de Compromiso	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Abril	Rendición de Cuentas	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Abril	Bingo	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Mayo	Actividad Sindicato Marquesa	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Mayo	**Almuerzo del Día del Trabajador.**	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Junio	Bingo	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Junio	Cine	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Julio	Taller de manualidades	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Julio	**Bienvenida del Invierno**	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Agosto	Taller de Pintura	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Agosto	Juegos de Azar	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Septiembre	**Celebración de Fiestas Patrias**	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Septiembre	Bingo	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Octubre	Yoga / Torneo de	Comité de	Fotografías y/o

	Pin-Pon	Autocuidado	listado de Asistencia
Octubre	Halloween	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Noviembre	Taller de Mandala	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Noviembre	Manualidades de Navidad	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Diciembre	**Actividad de Navidad para Funcionarios**	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia
Diciembre	Actividad de Navidad para Funcionarios y sus familias.	Comité de Autocuidado	Fotografías y/o listado de Asistencia

ANEXO N° 5

Encuesta de trabajo en equipo del sector verde en el Cesfam Cardenal Caro.

Estimado funcionario del Cesfam Cardenal Caro la siguiente encuesta contiene preguntas que requieren información personal, estas preguntas nos permiten conocer las concepciones del trabajo en equipo del sector verde y como este se lleva a cabo además de conocer el desarrollo personal de cada uno de sus participantes.

PROFESION U OFICIO

Antecedentes personales. (Marque con una X)

Sexo				
1	Masculino		Femenino	

¿Cuánto tiempo lleva trabajando en la institución?		
1	Menos de 1 año	
2	De 1 a 2 años	
3	De 3 a 4 años	
4	5 años en adelante	

CESFAM "Cardenal Caro"	**Encuesta Clima Laboral**	Código: Versión: 01 Fecha de la versión:03-08-2015 Paginas: 39 páginas Actualización: julio 2015 Revisión: Nov. 2015 Reunión:09 – 07- 2015

- **Políticas administrativas**

N°	Aspectos	De acuerdo	Indeciso	Desacuerd
1	Conozco la política de calidad de la institución y las llevo a cabo.			
2	Se da la instancia para influir en la planeación, los procedimientos y las actividades, de acuerdo a mis responsabilidades			
3	El horario de mi trabajo me resulta cómodo			
4	Se reconoce mi esfuerzo si trabajo más de las horas reglamentarias			
5	Estoy informado de las razones por las cuales hacen cambios en las políticas y procedimiento			

Relaciones Sociales

Aspectos

N°		De acuerdo	Indeciso	Desacuerdo
1	Las interacciones con mis compañeros me facilitan el desempañar mis funciones			
2	Mantengo una cercanía con las personas que trabajo			
3	La solidaridad y la cooperación son virtudes que se caracterizan en nuestro equipo de trabajo			
4	Estoy satisfecho con el trato que el Cesfam brinda a sus empleados.			
5	Los funcionarios del Cesfam respetan los conductos regulares de comunicación de acuerdo a la jerarquía			
6	Siento que recibo de mis compañeros un buen trato			

N°	Aspectos	De acuerdo	Indeciso	Desacuerdo
1	Mi trabajo me permite un desarrollo personal.			
2	Me siento feliz con los resultados que logro en mi trabajo			
3	Haciendo mi trabajo me siento bien conmigo mismo/a			
4	Estoy satisfecho/a con el trabajo que me asignan			
5	Conozco cuales son las responsabilidades y deberes de mi puesto de trabajo			
6	Estoy satisfecho/a con el volumen de trabajo que tengo			

N°	Aspectos	De acuerdo	Indeciso	Desacuerdo
1	Las tareas que realizo son tan valiosas como cualquier otro colaborador			
2	Me siento realmente útil con la labor que realizo			
3	Somos efectivos en el desarrollo de nuestras políticas de calidad			
4	Mi trabajo es muy motivador			
5	Me gusta el trabajo que realizo			
6	Me siento complacido con la actividad que realizo			
7	En mi puesto de trabajo tengo libertad para efectuar cambios en la forma que realizo mi trabajo con el fin de hacerlo más efectivo			
8	El resultado de mi última evaluación está de acuerdo a la forma en que me desempeño			

- **Relación con la Autoridad**

Aspectos

CESFAM "Cardenal Caro"			Código: Versión: 01 Fecha de la versión:03-08-2015 Paginas: 39 páginas Actualización: julio 2015 Revisión: Nov. 2015 Reunión: 09 – 07- 2015

		De acuerdo	Indeciso	Desacuerdo		
1	El encargado de sector tiene disposición para responder a mis consultas.					
2	Llevarse bien con el jefe de sector beneficia la calidad del trabajo					
3	Mi jefe de sector valora el esfuerzo que hago en mi trabajo					
4	Recibo de mi jefe de sector información oportuna y necesito para desempeñar mis labores.					