Fraternidad
Muprespa

Catálogo de Servizos de Prevención de Riscos Laborais




Fraternidad
Muprespa

Fraternidad
Muprespa

ÍNDICE

01 As Mutuas... grandes descoñecidas

02 Coñece o valor da seguridade e a saúde

03 Previr antes que curar

04 Activando Visión Zero

05 Recoñecemos o teu compromiso coa saúde

06 Coordínate en prevención

07 Engade valor aos teus informes

08 Poderosa formación

09 Aula de prevención online

10 Portal web: PREVIENE

11 Portal web: O RECANTO DA SAÚDE

12 Camiñando cara ao benestar

13 Non aos accidentes de tráfico

14 Es autónomo? Axudámoste

15 Xerando cultura de prevención

Fraternidad
Muprespa

As Mutuas… grandes descoñecidas

Reunirse é un comezo, permanecer xuntos é un progreso; traballar xuntos é o éxito.



As Mutuas... grandes descoñecidas

As Mutuas Colaboradoras coa Seguridade Social (MCSS) poñemos os nosos servizos á disposición de todas as empresas, traballadores e autónomos, sen incorrer en ningún custo para estes.

Xestión das prestacións económicas:

- Xunto a sanitarias, comprendidas na protección de accidente de traballo e enfermidade profesional, así como das actividades de prevención destes.
- Por Incapacidade Temporal por continxencias comúns.
- Por risco durante o embarazo e risco durante a lactación natural.
- Por coidado de menores afectados por cancro ou outra enfermidade grave
- Polo cesamento na actividade dos traballadores por conta propia.

As demais actividades da Seguridade Social que nos sexan atribuídas legalmente

Que facemos por ti en prevención?

Polos nosos mutualistas...

- Axudamos no control das continxencias profesionais.
- Asesoramos na investigación de accidentes.
- Orientamos na coordinación de actividades.
- Sensibilizamos fronte aos riscos laborais.
- Investigamos, desenvolvemos e innovamos na redución de continxencias profesionais.
- Asesoramos pemes na adaptación de postos de traballo.
- Difundimos Prevencion10.es

COBERTURA CP
Empresas: 123.765
Traballadores (autónomos incl.): 1.268.470

COBERTURA CC
Empresas: 89.597
Traballadores (autónomos incl.): 1.191.342

INSTALACIÓNS
1 Hospital
+100 puntos de atención
+2.000 centros de atención sanitaria

PRESTACIÓNS ESPECIAIS
+2.3 millóns €

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Fraternidad
Muprespa

Coñece o valor da seguridade e saúde

Existe unha relación clara e directa entre o comportamento social dunha empresa e a súa reputación, as súas vendas, a súa marca e o seu valor global.



Rendibiliza a túa empresa

Preguntácheste como afectan os accidentes laborais na túa empresa? Unha estada mal instalada, unha máquina que se avaría continuamente ou un traballador con lesións de costas afectan á produción.

Incrementa a túa **competitividade** fronte a outras empresas do sector mellorando a xestión da prevención de riscos laborais.

Dámosche *7* **razóns que te convencerán:**

- Aumenta os teus **beneficios** reducindo os custos da túa sinistralidade laboral. (*)
- Mellora a **relación e implicación dos teus traballadores** reducindo a sinistralidade e o absentismo.
- Evita **sancións**e multas da Inspección de Traballo.
- **Conserva o talento** dos traballadores con máis experiencia e valor para a túa empresa.
- Consigue **incentivos económicos** pola túa boa xestión de prevención.
- Convértete nunha **empresa saudable**.
- Destaca polas túas boas prácticas; tes a túa oportunidade con premios, como o **Escolástico Zaldívar.**

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Falamos o teu mesmo idioma

*** Custos de sinistralidade laboral**

1 €

EN PREVENCIÓN INVESTIDO

↓

2,2 €

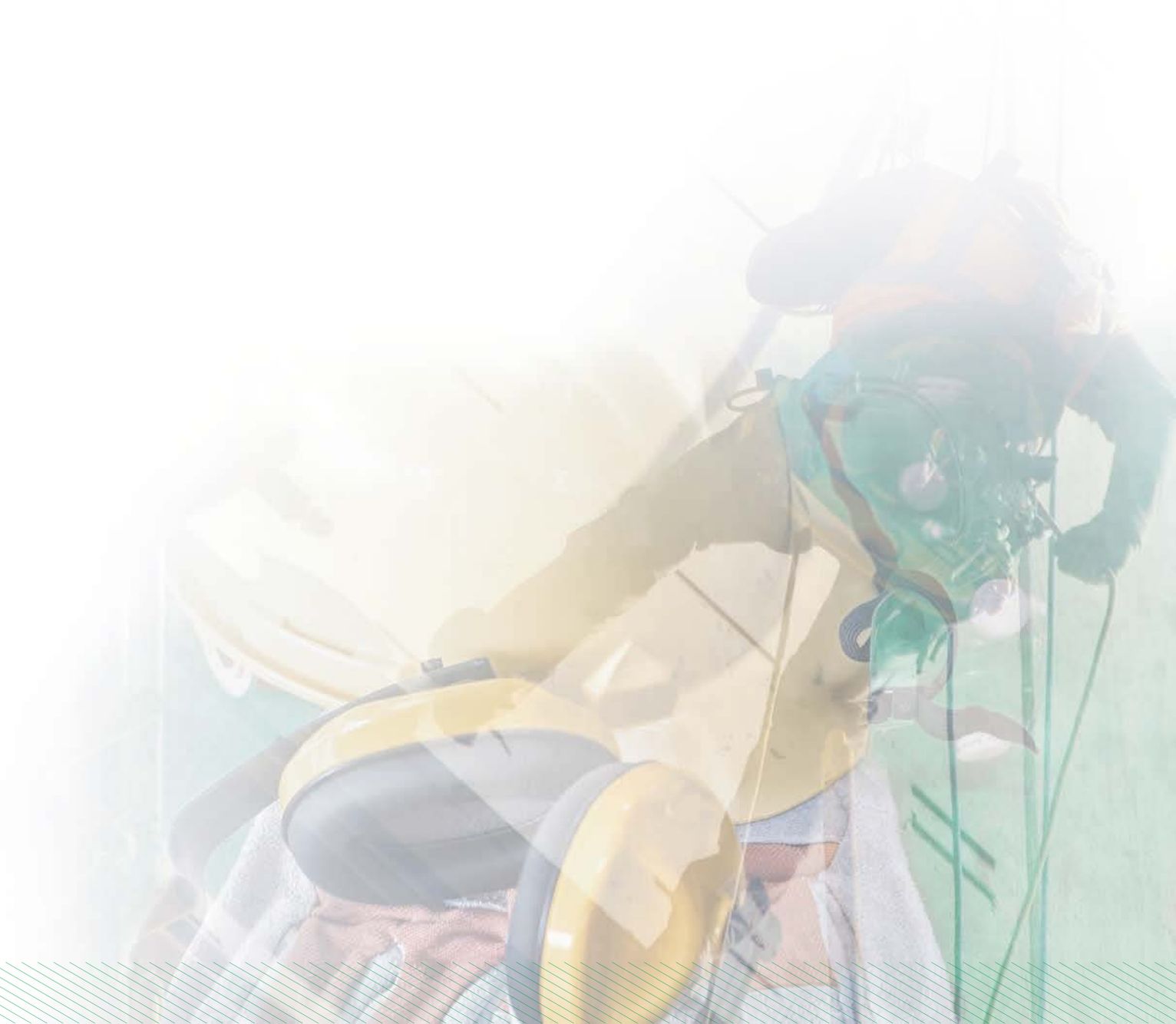
BENEFICIO PARA A EMPRESA

Axencia Internacional da Seguridade Social

Fraternidad
Muprespa

Previr antes que curar

Dez gramos de prevención equivalen a un quilogramo de curación.



Axudámoste a reducir a sinistralidade na túa empresa...

Mostrándoche os custos derivados dos accidentes e enfermidades profesionais, para que aproveites os teus recursos dun xeito máis eficaz.

Controlando a sinistralidade, aprendendo dos erros e encontrando solucións adaptadas á túa empresa.

Activando os teus traballadores fronte aos riscos do seu posto de traballo coa axuda da nosa ampla oferta de cursos presenciais e a distancia. Mellorando a súa información con atractivos vídeos, trípticos, infografías etc. que poderás encontrar na nosa web de prevención.

Investigando e innovando novos métodos de redución da sinistralidade, como a utilización de realidade virtual nos nosos talleres de sensibilización ou o proxecto Visión Zero de xeración de cultura preventiva.

FORMA PARTE DOS NOSOS PROXECTOS!

Un novo impulso para a competitividade da túa empresa

Uns datos...

3.600
EMPRESAS ASESORADAS
(anuais)

4.500
VISITAS TÉCNICAS
(anuais)

9.500
DIAGNÓSTICOS E PROPOSTAS DE MELLORA
(anuais)

220
CURSOS PRESENCIAIS
(anuais)

4.400
CURSOS ONLINE
(totais)

3.200
ALUMNOS
(totais)

Portal de prevención
fraternidad.com/previene

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Fraternidad
Muprespa

Activando Visión Zero

Para comprender a seguridade non hai que enfrontarse a ela, senón incorporala a un mesmo.



Visión Zero, evolución natural nunha empresa sostible

Activa a túa empresa, evoluciona cara á non-sinistralidade. Únete a un movemento de prestixio internacional, **Visión Zero**, promovido pola Asociación Internacional da Seguridade Social.

Adáptate ás novas correntes de xestión empresarial e constrúe unha cultura preventiva sólida. Aprende dos erros e xera confianza entre os teus empregados.

Un técnico guiarate por todo o proceso, cun método de traballo adaptado **ao teu ritmo** e á singularidade da túa empresa.

Coas seguintes accións:

- Busca aliados.
- Implica os teus traballadores.
- Avalía a túa situación coas *7* Regras de Ouro.
- Marca e planifica os teus obxectivos.
- Revisa os teus avances.
- Comunica os teus logros.
- Identifícate como empresa Visión Zero.

Con Activando Visión Zero, ofrecémosche un asesoramento altamente personalizado, adaptado ás túas necesidades

Axudarémosche a:

01 ESTUDAR SINISTRALIDADE

02 REVISAR XESTIÓN PRL*

03 SENSIBILIZAR

04 INVESTIGAR ACCIDENTES

05 INTEGRAR PRL

06 VERIFICAR LOGROS

*Prevención de Riscos Laborais

Na nosa actuación aválannos:

+1.000
EMPRESAS AO ANO

+6.000
ESTUDOS DE SINISTRALIDADE ANUAIS

+1.300
ACCIDENTES EVITADOS CADA ANO

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Fraternidad
Muprespa

Coordínate en prevención

Traballar en equipo divide o traballo e multiplica os resultados.



Coordínate en prevención

Os teus traballadores traballan nas instalacións doutras empresas? Traballadores doutras empresas traballan no teu centro de traballo? Es autónomo e traballas para outras empresas?

Se a resposta é si, podemos axudarche para que cumpras coas túas obrigas en coordinación de actividades preventivas e te poñas de acordo coas empresas coas que compartes o lugar de traballo. **Xuntos coñeceredes mellor os riscos derivados das vosas actividades** e evitaredes accidentes.

Podemos axudarche coas seguintes accións:

- Revisando a túa situación cando compartes centro de traballo.
- Informándote sobre as túas obrigas legais e como cumprilas.
- Repasando os accidentes acontecidos polo uso compartido do centro de traballo.
- Propoñéndoche solucións para evitar os danos.

Estas accións non substitúen a obriga do empresario de coordinación de actividades empresariais, derivada da Lei de prevención de riscos laborais (Lei 31/1995).

Coa nosa axuda, é posible

Formación gratuíta que ofrecemos:

- Curso "Compartir centro coordinando riscos".
- Curso "Responsabilidades e sancións en coordinación".
- Taller de aspectos prácticos en coordinación.
- Curso con novidades en materia de coordinación para traballadores desprazados.



Para ver máis cursos
fraternidad.com/previene

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Fraternidad
Muprespa

Engade valor aos teus informes

O que sabemos é unha pinga,
o que ignoramos é o océano.



Os nosos informes axúdanche. Especialmente para ti

Temos un completo asesoramento para **axudarche** a reducir a sinistralidade da túa empresa, cos seguintes **informes**:

Información ONLINE ao instante

- **Estimación de custos de sinistralidade:**
  Resumo de procesos, horas de traballo perdidas, estimación dos seus custos.
- **Análise de sinistralidade:**
  Compara a túa sinistralidade coa do teu sector (con baixa/sen baixa, recaídas, *in itinere*, grao lesión, índices de sinistralidade etc.).
- **Estimación de evolución da sinistralidade:**
  Estimación de custos xunto coa evolución da túa sinistralidade nos últimos 3 anos.

+6.000
ESTUDOS DE SINISTRALIDADE ANUAIS

O valor dos nosos informes, porque a información é poder

Adaptámonos ao ritmo e singularidade da TÚA EMPRESA

Para axudarche con:

- Informe de **revisión da xestión** de prevención de riscos laborais.
- Informe de **estudo de sinistralidade** nos últimos 3 anos.
- Informe de **xestión de accidentes de traballo e enfermidades profesionais.**
- Informe sobre a **integración de prevención** de riscos laborais.
- Informe sobre **detección de puntos débiles en prevención** no ámbito de traballo.
- Informe de xestión da sinistralidade en **coordinación de actividades empresariais**.
- Informe de asesoramento en xestión da accidentalidade para **empresas de traballo temporal**.

Descarga os nosos informes directamente dende a Oficina Dixital
fraternidad.com/extranet

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Fraternidad
Muprespa

Poderosa formación

A educación é a arma máis poderosa para cambiar o mundo, por que non na túa empresa?



Poderosa Formación

Para crecer hai que formarse; para superar retos, ás veces, hai que reinventarse. Reinvéntate con axuda da nosa oferta educativa presencial que che permitirá:

- Identificar novas ideas para **mellorar a túa xestión preventiva.**
- Promover **a integración da prevención** de riscos laborais.
- Inculcar **comportamentos seguros** por parte dos traballadores nas tarefas.
- Desenvolver a **cultura da saúde e seguridade** da túa empresa.
- **Fomentar o interese e cooperació**n na acción preventiva, entre mandos e traballadores.
- **Complementar a formación obrigatoria** do artigo 19 da Lei de prevención de riscos laborais.
- Compartir as **boas prácticas.**

Estas accións non substitúen á obriga do empresario de formación aos traballadores, derivada da Lei de prevención de riscos laborais (Lei 31/1995)

Gozar dunha formación máis práctica e dende outros puntos de vista. É a revolución na formación presencial!

+220 CURSOS AO ANO

+1.000 ALUMNOS AO ANO

- Taller de fitness emocional.
- Activando Visión Zero.
- Xerando seguridade viaria: Accidente de tráfico no ámbito laboral.
- Taller sobre investigación de accidentes.
- Criterios técnicos en prevención de riscos laborais ante a visita da Inspección de Traballo.
- O papel de directivos e mandos intermedios integrando a prevención de riscos laborais.
- Compartir centro coordinando riscos.
- Mobbing ou acoso psicolóxico no traballo.
- Stop ao sobreesforzo no lugar de traballo.
- Inspeccións de seguridade: ferramenta de detección e control.
- Criterios para a selección práctica de Equipos de Protección Individual (EPI).
- Prevencion10.es

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Fraternidad
Muprespa

Novas canles de coñecemento: Aula de prevención online

Investir en coñecementos produce sempre os mellores beneficios.



Novas canles de coñecemento
Aula de prevención *online*

Poñemos ao teu alcance novas canles de sensibilización en prevención, coa nosa plataforma online na que dispoñemos de módulos de formación e-learning e talleres audiovisuais dirixidos a todo tipo de empresas.

Axudámosche proporcionando:

- **Módulos dinámicos** con preguntas e animacións.
- **Flexibilidade en tempo e lugar** para o traballador.
- **Gran número de cursos** ao teu alcance.
- **Titor virtual** que te irá guiando.
- Non son necesarios coñecementos informáticos.
- **Avaliación final e diploma.**

Estas accións non substitúen á obriga do empresario de formación aos traballadores, derivada da Lei de prevención de riscos laborais (Lei 31/1995).

En calquera momento e en calquera lugar...

23
CURSOS XERAIS
Ver máis

- Ferramentas e máquinas.
- Risco eléctrico.
- Manipulación de cargas.
- Sinalización.
- Equipos de protección individual.
- Hixiene no traballo.
- Ergonomía do traballo.
- Riscos psicosociais e primeiros auxilios.

8
TALLERES

- Manexo do estrés.
- Seguridade viaria.
- Mobilización de persoas dependentes.
- Taller de costas.
- Taller de posta a punto para evitar lesións musculares.
- Taller de voz.
- **Novidades:** Fitness emocional · Activando saúde
- **Proximamente:** Taller de Mindfulness

46
CURSOS SECTORIAIS

- Hostalaría.
- Industria.
- Oficina.
- Comercio.
- Construción.
- Outros sectores (agrícola, sanitario etc.).

Para ver máis cursos
fraternidad.com/previene

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Fraternidad
Muprespa

Portal web: PREVIENE
fraternidad.com/previene

Promover e divulgar a cultura preventiva.



Previene:
Lugar de encontro

O noso **portal web** dedicado á **prevención de riscos laborais e desenvolvemento da cultura da saúde** onde poderás encontrar interesante material divulgativo que poñemos á túa disposición con contido actualizado, ameno e especializado. Un grande apoio para axudarche no labor de información e sensibilización dos teus traballadores.



TRÍPTICOS



MANUAIS DE BOAS PRÁCTICAS



PÓSTERS



INFOGRAFÍAS



VÍDEOS



NOTICIAS

Máis de 150 documentos descargables GRATUÍTOS para axudarche a fomentar a cultura preventiva na túa empresa

e ademais...

- Boletín mensual InfoPrevención.FM
- Exposición carteis século XX
- Carteis Día Mundial da Seguridade e a Saúde no Traballo
- Ferramentas de prevención
- Acceso á Aula Prevención Online
- Oferta educativa presencial

Canle de Fraternidad-Muprespa líder en YouTube!

Portal de prevención
fraternidad.com/previene

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Fraternidad
Muprespa

Portal web: RECANTO DA SAÚDE
rincondelasalud.com

O lugar onde a saúde e o benestar se unen.



O Recanto da Saúde de Fraternidad-Muprespa

No noso portal web 'O Recanto da Saúde' encontrarás, de forma totalmente gratuíta, os recursos necesarios para fomentar ámbitos laborais saudables na túa empresa.



NOTICIAS DE ACTUALIDADE



PUBLICACIÓNS



INFOGRAFÍAS

Ademais, como asociado, podes acceder a contido exclusivo como:

FITNESS EMOCIONAL (só para mutualistas)

As persoas da túa empresa lograrán:

- Afrontar mellor as adversidades para superalas.
- Establecer unha comunicación saudable na túa empresa.
- Coñecerse mellor para potenciar os seus puntos fortes e mellorar os débiles.
- Cambiar os hábitos tóxicos por outros saudables.

EMPRESA SAUDABLE

Axudámosche a certificarte como empresa saudable.

Únete a un reto cheo de beneficios para a túa empresa e conseguirás…

- Aumentar a competitividade da túa empresa.
- Mellorar a saúde e o benestar dos empregados.
- Reducir o absentismo.
- Atraer e reter talento.
- Aumentar o atractivo da empresa.
- Mellorar o clima laboral.
- Diferenciarte da competencia.

ACTIVANDO SAÚDE (só para mutualistas)

Conseguirás reducir o custo do absentismo na túa empresa aumentando a saúde dos empregados, coñecendo:

- Os procesos internos que inflúen no noso benestar.
- Os biorritmos do noso corpo que debemos respectar para non alterar a nosa saúde.
- Os exercicios e recomendacións para manternos activos.

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Rincón de la Salud
de Fraternidad-Muprespa
rincondelasalud.com

Fraternidad
Muprespa

Camiñando cara ao benestar

Todo camiño ten un destino.
O noso é o do benestar.



Camiñando cara ao benestar

O itinerario saudable de Fraternidad-Muprespa enfocado a fomentar hábitos saudables entre os traballadores facilitando os recursos e ferramentas necesarias para conseguilo dunha forma áxil, amena e sinxela.

Se a túa empresa...

… aínda non comezou o camiño cara ao benestar
→ guiámoste nos teus primeiros pasos.

… xa dispón dun programa de hábitos saudables…
→ axudámosche a potencialo.

Adaptándonos ás singularidades de cada empresa, propoñémosche un percorrido cos seguintes obxectivos:

- Alimentarnos de forma sa e equilibrada.
- Coñecer os nosos procesos internos.
- Xestionar as nosas emocións.
- Manexar adecuadamente o estrés.
- Fomentar a actividade física.
- Conseguir un descanso pleno.
- Coidar os nosos músculos e articulacións.
- Coidar as túas costas.
- Ter unhas articulacións sas.

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

O noso propósito: Facilitarche o camiño cara ao benestar na túa empresa

Elixe:

- As temáticas que máis che interesen.
- A frecuencia de recepción dos contidos.
- Cando comezar a subscrición.

Empezamos?



Fraternidad
Muprespa

Non aos accidentes de tráfico

Se buscas resultados distintos,
non fagas sempre o mesmo.



Actitude segura fronte ao volante...

Cada ano falecen máis de **180 traballadores** por accidente de tráfico. **Máis do 12% do total de accidentes** laborais con baixa corresponden ao tráfico.

Tes traballadores que utilizan o vehículo para desprazarse? Dispós dun Plan de Mobilidade? Queres reducir os accidentes de tráfico na túa empresa?

Fraternidad-Muprespa pon á túa disposición un amplo abano de accións que che permitirán mellorar a seguridade viaria na túa empresa:

- Acordos de colaboración con entidades de referencia en seguridade viaria.
- Semana da Seguridade Viaria.
- Divulgación en modalidade presencial e "e-learning".
- Sensibilización e concienciación a través de vídeos, manuais, trípticos, dípticos, carteis e infografías que encontrarás no noso portal Previene.
- I+D: Taller de Seguridade Viaria coa utilización da realidade virtual.

"A realidade virtual inmersiva permite unha maior integración do coñecemento nas persoas"

Que vantaxes che ofrece a realidade virtual como ferramenta de concienciación?

Vive experiencias de condución fronte a distintos factores de risco de forma segura sen saír da aula.

Elimina a fronteira alumno-ordenador. Serás o protagonista da aprendizaxe en distintos escenarios.

Cambio na percepción do risco que perdura no tempo.

+200 TALLERES COMPARTIDOS

+1.500 ASISTENTES

Participa na nosa **Semana da Seguridade Viaria en Fraternidad-Muprespa,** cuxos actos conclúen o terceiro domingo de novembro, Día Mundial en Recordo das Vítimas de Accidentes de Tráfico. Consulta as accións que cada ano se organizan.

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Fraternidad
Muprespa

Es autónomo? Axudámosche

A razón máis grande de ter seguridade e saúde no traballo pode ser a máis pequena.



Incorpora a prevención no teu traballo

Es un traballador autónomo preocupado pola seguridade e a saúde?
Conta connosco.

Tes traballadores ao teu cargo? Debes garantir a seguridade e saúde dos teus empregados cumprindo coa Lei de prevención de riscos laborais como calquera empresa.

Non tes traballadores ao teu cargo? Tampouco estarás exento das seguintes obrigas preventivas:

- Informar dos riscos da túa actividade o empresario.
- Cumprir coa coordinación de actividades empresariais.
- Utilizar equipos de protección individual e de traballo adecuados.

Ademais, se te dedicas á construción:

- Cumpre coas indicacións do coordinador.
- Solicita o Plan de Seguridade e Saúde ao contratista.
- Non poderás subcontratar os traballos.

Animámoste a que coides de ti e integres a prevención no teu traballo. Máis información en sumutua.com/emprendedores/prevencion

Es TRADE ou autónomo dependente?
Se es un TRADE porque traballas principalmente para unha soa empresa, tamén debes cumprir coa coordinación de actividades.
A empresa podería solicitarche calquera tipo de documentación relativa a prevención de riscos laborais.

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

A prevención de accidentes non debe ser considerada como unha obriga, senón como unha razón de sentido común

Compartes centro de traballo?

Aprovéitate da nosa oferta educativa! Dispoñemos de accións que inclúen casos prácticos sobre coordinación de actividades empresariais. Ademais ofrecémosche **asesoramento técnico** para aclarar as túas dúbidas.

Queres axuda en prevención de riscos laborais?

Ofrecemos xornadas sobre como **integrar a Prevención** con Prevencion10.es, plataforma online na que encontrarás **autopreven-t** específico para autónomos.

Desprázaste continuamente?

Apúntate ao noso **Taller de Seguridade Viaria** con realidade virtual inmersiva e descubre unha **forma diferente de percibir o risco**.

autopreven-t®
prevenTuRiesgolaboral

Fraternidad
Muprespa

Xerando cultura de prevención

Entre as dificultades, escóndese a oportunidade.



Xerando cultura de prevención

Consiste en xerar valores, ideas e coñecementos de prevención. Facémolo buscando alternativas diferentes e amenas que estimulen os participantes. Con este fin organizamos:

1) Semana da Prevención:

Coincidindo co Día Mundial da Seguridade e Saúde no Traballo (28 de abril), realizamos diferentes actividades para crear cultura preventiva e achegar a prevención ás empresas.

- "Pon as zapatillas".
- Xornada de portas abertas "Coñécenos mellor".
- Entrevistas e vídeos de opinión.
- Levar a prevención á escola.
- Xornadas técnicas.

2) Semana da Seguridade Viaria:

Conciencia sobre os hábitos seguros ao volante e fai que os teus traballadores experimenten os riscos da condución grazas á realidade virtual.

3) Premio Escolástico Zaldívar:

Con **máis de 400 memorias** de boas prácticas avalando a súa xa consolidada traxectoria, este premio é o recoñecemento ao **grande esforzo e compromiso** de moitos dos nosos asociados coa seguridade e a saúde laboral.

Fraternidad Muprespa

902 63 860 · 914 183 240
fraternidad.com/contactar

Activa a túa empresa! Promociona a saúde e seguridade laboral entre os teus traballadores

4) Exposición de carteis de prevención:

Queres organizar unha exposición de "Carteis Españois de Prevención do Século XX"? Avísanos, farémosche chegar nosa colección itinerante para a súa exhibición nos teus eventos de promoción da saúde e prevención de riscos.

5) Falando de prevención:

Se desexas organizar foros, xornadas, debates etc., sobre temas de seguridade laboral e promoción da saúde, consulta **o noso catálogo de relatorios**, con 50 temas de actualidade e especial interese en riscos emerxentes.

- Cuarta revolución industrial e envellecemento.
- O universo dos nanomateriais.
- Comunicación eficaz en prevención de riscos laborais.
- Accesibilidade no ámbito laboral.
- Intelixencia emocional.
- Liderado en prevención.
- Exposición a sílice e amianto.
- O tractor agrícola: evitar envorcaduras.
- Mergullo profesional.
- Coñecer a enfermidade profesional para poder evitala.

Consulta as accións
que cada ano se organizan en...
fraternidad.com/previene

Fraternidad
Muprespa

fraternidad.com

© 2018 Fraternidad-Muprespa. Mutua Colaboradora coa Seguridade Social n.º 275.