

INNOVACIÓN Y MOTIVACIÓN ADAPTADA AL AMBITO LABORAL, EN RELACIÓN AL MINDFULLNESS. ACCIÓN Y GESTIÓN? UN ENFOQUE BASADO EN LA FORMACIÓN PROFESIONAL ORIENTADO A LA PROMOCIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL DE LA VIDA



Primera edición, 2024

Autor: Miguel Ruiz Arlandis

Edita: Educàlia Editorial

Imprime: Grupo Digital 82, S. L.

ISBN: 978-84-129220-8-0

Depósito Legal: V-3459-2024

Printed in Spain/Impreso en España.

Todos los derechos reservados. No está permitida la reimpresión de ninguna parte de este libro, ni de imágenes ni de texto, ni tampoco su reproducción, ni utilización, en cualquier forma o por cualquier medio, bien sea electrónico, mecánico o de otro modo, tanto conocida como los que puedan inventarse, incluyendo el fotocopiado o grabación, ni está permitido almacenarlo en un sistema de información y recuperación, sin el permiso anticipado y por escrito del editor.

Alguna de las imágenes que incluye este libro son reproducciones que se han realizado acogiéndose al derecho de cita que aparece en el artículo 32 de la Ley 22/18987, del 11 de noviembre, de la Propiedad intelectual. Educàlia Editorial agradece a todas las instituciones, tanto públicas como privadas, citadas en estas páginas, su colaboración y pide disculpas por la posible omisión involuntaria de algunas de ellas.

Educàlia Editorial

Avda. de las Jacarandas 2 loft 327 46100 Burjassot-València

Tel. 960 624 309 - 963 768 542 - 610 900 111

Email: educaliaeditorial@e-ducalia.com

www.e-ducalia.com

INDICE

1. INNOVACIÓN Y MOTIVACIÓN	3
2. FUNDAMENTOS DE MINDFULNESS	5
3. IDENTIFICACIÓN DE LA INNOVACIÓN Y FP.....	7
4. PUESTA EN MARCHA.	102
5. CONCLUSIONES Y BIBLIOGRAFÍA	196

1. INNOVACIÓN Y MOTIVACIÓN

La motivación a la realización de este trabajo viene precedida por la gran importancia que tiene la seguridad y salud en el mercado laboral; tanto es así, que el Gobierno de la Comunidad Autónoma de Valencia decidió certificar la formación a nivel básico en PRL al alumnado que supere el módulo de Formación y Orientación Laboral, estableciendo una duración del contenido en unas 30 horas impartidas al comienzo del módulo, para todos los ciclos de grado medio y superior.

necesario conocer y analizar la sociedad actual para comprender el desarrollo de este trabajo, para explicarlo mejor se tendrá en cuenta los estudios realizados por el sociólogo Zygmunt Bauman ¹ sobre la “modernidad líquida” (Bauman, 2003), considerándola como aquella sociedad en la que las condiciones de actuación de sus miembros están en constante transformación por la búsqueda de la modernización, que conlleva a sufrir tantos cambios que no se consolidan rutinas ni hábitos de comportamiento. Partiendo de esta base, la educación se enfrenta a diversos retos, el conocimiento actual es abierto, se podría decir que no existen verdades absolutas pues se reformula continuamente y hay que innovarse casi cada día, Bauman lo desarrolla en su libro “los retos de la educación en la modernidad líquida” (Bauman, 2005), afirmando que el culto actual a la educación permanente se concentra en parte

en la necesidad de actualizarse en cuanto a las últimas novedades (Bauman, 2005). Por tanto, en educación es necesario adaptarse a los constantes cambios de la sociedad y buscar nuevas técnicas y herramientas de aprendizaje para cubrir las demandas de los distintos alumnos y alumnas que se encuentran en las aulas.

2.FUNDAMENTOS

De acuerdo a la Ley 31/1995 de 8 noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales y a la reforma de dicho marco normativo dispuesta en la Ley 54/2003, el empresario, en cumplimiento del deber de protección, deberá garantizar la seguridad y la salud de los trabajadores a su servicio en todos los aspectos relacionados con el trabajo. A estos efectos, en el marco de sus responsabilidades, el empresario realizará la prevención de los riesgos laborales mediante la integración de la actividad preventiva en la empresa y la adopción de cuantas medidas sean necesarias para la protección de la seguridad y la salud de los trabajadores, actuación en casos de emergencia y de riesgo grave e inminente, vigilancia de la salud,...

En el artículo 16 de la 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, modificada por la Ley 54/2003, se estipula que la prevención de riesgos laborales deberá integrarse en el sistema general de gestión de la empresa, tanto en el conjunto de sus actividades como en todos los niveles jerárquicos de ésta, a través de la implantación y aplicación de un plan de prevención de riesgos laborales. Este plan de prevención de riesgos laborales deberá incluir los siguientes puntos:

- **Estructura organizativa.**
- **Responsabilidades.**
- **Funciones.**
- **Procedimientos.**
- **Procesos.**
- **Recursos preventivos.**

Este documento tendrá una función de gestionar los riesgos laborales, evitando o reduciendo los riesgos presentes en la empresa, RESTAURANTE PICHONA´S, con el fin de implantar una metodología eficaz y permanente mediante el PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.

El plan de prevención, aún siendo propuesto por el Servicio de Prevención Ajeno, ASESORÍA LEGIS, deberá ser aceptado y firmado por el máximo responsable de la empresa, y ser entregado a todos los trabajadores para su conocimiento.

3. IDENTIFICACIÓN DE LA INNOVACIÓN Y FP

1.1. IDENTIFICACIÓN

EMPRESA:	Restaurante RAM's
DOMICILIO:	Calle El Descanso
CÓDIGO POSTAL:	41000
LOCALIDAD:	Zaragoza
PROVINCIA:	Zaragoza
TELÉFONO:	9000000
FAX:	9000000
E-MAIL/PÁGINA WEB:	restauranterams.es
SECTOR:	Hostelería
ACTIVIDAD:	Gourmet/Comida rápida
CIF:	L 34367812
CCC:	11/ 8469213/74
PERSONA DE CONTACTO:	D. Juan Pérez Pérez

1.2. DESCRIPCIÓN DE LA EMPRESA

**El centro de trabajo tiene una superficie total de 250 m² ,
dividido en las siguientes partes:**

- **Vestuario**
- **Salón**
- **Cocina**
- **Almacén**
- **Oficina**

Plano del Restaurante Ram´ s

1.3. ORGANIGRAMA DE LA EMPRESA

1.4. RELACIÓN DE PUESTO DE TRABAJO Y TRABAJADORES

APELLIDOS Y NOMBRE	PUESTO DE TRABAJO
Alba Sánchez, Desiré	Ayudante de cocina

Bellido Orcha, Cristina	Encargada de área caliente
Cruz Mayorga, Alberto	Mozo de Almacén
Cuadro Gallego, Adrián	Mozo de almacén
Díaz Durán, Juan	Gerente – Jefe Oficina
Domínguez Gutiérrez, Ana	Camarero
Gómez Sánchez, Roberto	Subgerente- Cajero
Otón Liñán, Alejandro	Auxiliar de cocina
Real López, Silvia	Ayudante de cocina
Revuelta Requena, Álvaro	Jefe de cocina
Rey Valerio, Mara	Camarera
Romero Niño, Patricia	Encargada de área fría
Vila Alfaro, Antonio	Camarero
Vizcaíno Castillo, Laura	Camarera

2. POLÍTICA PREVENTIVA

La política del *RESTAURANTE RAM´S*, es llevar a cabo nuestras operaciones de forma apropiada en cuanto a la seguridad, salud laboral y control de daños materiales en todo lo que hacemos. Esta conducta incluye el cumplimiento de la legislación que ha sido promulgada en beneficio de todos.

Para poder competir con éxito, debemos esforzarnos continuamente en lograr lo mejor en seguridad, calidad y productividad conjuntamente, pues se apoyan unas en otras.

Se espera de todo supervisor responsable el liderazgo necesario para lograr el objetivo y de todos los empleados un trabajo responsable, correcto y seguro que cumpla las normas y procedimientos establecidos.

Se pide a todos asumir este compromiso de seguridad y salud laboral y llevarlo del trabajo al hogar para que su influencia y ejemplo beneficien a todos aquellos que son tan importantes para nosotros.

La Dirección de Restaurante Ram's, se compromete a revisar periódicamente esta política preventiva y establece como objetivos generales los siguientes:

- Integrar esta política en todas las actividades y decisiones de la empresa, en todos los procesos técnicos, en la organización de las condiciones de trabajo, en las funciones y en los recursos que se destinen.**
- Fomentar entre sus empleados y colaboradores el espíritu preventivo mediante la formación teórica - práctica, la información, la consulta y la participación.**
- Definir y revisar periódicamente los objetivos y metas de Prevención de Riesgos Laborales.**
- Compromiso de cumplimiento con la legislación y reglamentación vigente en esta materia y con otras exigencias suscritas por la organización.**
- Impulsar la mejora continua con una actuación preventiva.**

La Dirección es la primera en asumirlo y para ello apoyará con los medios a su alcance las actuaciones que se definan.

Os agradecemos por respaldar a esta política.

En Zaragoza a

Fdo.:

Gerente- Jefe

3. ORGANIZACIÓN PREVENTIVA

3.1. MODALIDAD DE ORGANIZACIÓN PREVENTIVA

La modalidad de organización preventiva elegida por la empresa es la de Servicio de Prevención Ajeno, concertado con ASESORÍA LEGIS, las especialidades de Higiene Industrial, Seguridad en el Trabajo y Ergonomía y Psicología Aplicada, y Medicina del Trabajo.

Esta modalidad preventiva ha sido consultada a los trabajadores de nuestra empresa, para ello hemos contado con la participación de los trabajadores de cada sector. A su misma vez, han sido informados de las especialidades concertadas y las actividades preventivas, para llevar a cabo. De este modo se consigue una integración de la acción preventiva de la empresa.

Además, dentro de nuestra empresa, RESTAURANTE RAM´s, tiene funciones y responsabilidades en materia preventiva la Dirección, el Delegado de prevención y los trabajadores.

La Dirección es quien debe definir y dar a conocer el organigrama general de la empresa en el que se determinen las funciones a desarrollar por cada uno de sus miembros.

La Dirección de la empresa debe asumir la importancia de la seguridad y salud de los trabajadores, así como el marco jurídico que establece la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, con la implantación de la prevención en todos sus niveles jerárquicos.

La comunicación entre ellos será verbal, mediante notas informativas y mediante el documento de comunicación de riesgos y sugerencias de mejora.

El concierto con la Asesoría Legis, deberá permanecer a disposición de la autoridad laboral. Y además se dará conocimiento de él al representante de los trabajadores.

3.2. FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES

3.2.1. Dirección.

- Máximo responsable en la gestión de la Prevención de nuestra empresa.**
- Establecer y documentar los principios y objetivos de prevención de riesgos laborales.**
- Establecer la estructura organizativa adecuada para la realización de las actividades preventivas.**

- **Establecer las competencias y las interrelaciones de cada departamento en materia de prevención de riesgos laborales.**
- **Designar a una persona formada en materia de seguridad y salud, y calidad, para que coordine y pueda controlar las actuaciones preventivas llevadas a cabo. Con el fin de alcanzar con éxito la actividad preventiva.**
- **Contratará a un servicio de prevención ajeno, para llevar a cabo las distintas modalidades de prevención.**
- **Asignar los recursos materiales y humanos necesarios.**
- **Promover y participar en reuniones periódicas para discutir temas de seguridad y salud.**
- **Realizar periódicamente revisiones y actualizaciones del Plan de Prevención de Riesgos Laborales.**
- **Consultar a los trabajadores en la adopción de decisiones que puedan afectar a la seguridad y salud de los trabajadores.**

3.2.2. Servicio de Prevención Ajeno.

- **Asesoramiento de la actividad preventiva de nuestra empresa.**
- **Diseño, implantación y aplicación del Plan de Prevención de Riesgos Laborales.**
- **Asesoramiento en la elaboración de la planificación preventiva.**