

Bienestar

Para Novartis, es fundamental mantener el bienestar de sus asociados para que puedan explotar su potencial al máximo, porque una mente sana debe ser la prioridad de todos.

Por ello, buscamos mantener un equilibrio vida-trabajo a través de iniciativas que nuestros asociados puedan implementar en su día a día y generen un impacto positivo en su calidad de vida.

Así nace **Energized for Life (EFL)**, un programa global de Novartis integrado por asociados voluntarios que busca facilitar herramientas y moldear el entorno para que los asociados reduzcan los niveles de estrés y se vuelvan más conscientes, presentes y multiplicadores de energía.

Este programa se enfoca en tres principales áreas:

- **Físico:** proponemos iniciativas con un enfoque de concienciación de la salud y ofertas de salud física que apoyen el bienestar físico de los asociados, por ejemplo, seminarios de salud física, apoyo en lanzamiento de nuevos medicamentos, activaciones físicas, etc. Anualmente organizamos la carrera Novartis 5km y la semana de la salud dentro de nuestras oficinas.
- **Mental:** incentivamos a nuestros asociados a gestionar la energía personal, la resistencia, la agilidad mental y el impacto a través de hábitos y conductas. Para ello les recomendamos estrategias y herramientas que aumenten la conciencia de sí mismos, minimizando el estrés y aumentando la apreciación de la belleza y el valor de la vida.
- **Social:** promovemos iniciativas que inviten a la interacción, relacionamiento y socialización entre los asociados. La colaboración, permite que nuestro valor sea multiplicado al conectar nuestro propósito y sentido de pertenencia. Colaboramos con los comités de Diversidad & Inclusión (D&I) y Hybrid Work.

Source URL: <https://www.novartis.com/mx-es/somos-el-lugar-para-crecer/bienestar>

List of links present in page

- <https://www.novartis.com/mx-es/mx-es/somos-el-lugar-para-crecer/bienestar>