

| | | |
|--|---|--|
|  UNIVERSITAT POLITÀCNICA DE VALÈNCIA | JUSTIFICANT DE RECEPCIÓ DE: ACUSE DE RECIBO DE: PRESENTACIÓ DE SOL·LICITUD GENÈRICA PRESENTACIÓN DE SOLICITUD GENÉRICA | UPV-SOLGEN-204321 |
| | | Cod. Verificació / Cód. Verificación: F9AQYGDA889E8741 https://sede.upv.es/ oficina_tactica/#/rex/e/Verificador |
| | | Núm. registre / N° registro: REGAGE23e00068585585 |

| | |
|---|---|
| A | DADES PERSONALS / DATOS PERSONALES |
| NIF 19837630S | |
| NOM / NOMBRE ALONSO PEREZ TEBAR | |
| CORREU ELECTRÒNIC / CORREO ELECTRÓNICO alperez@upvnet.upv.es | |
| TELÈFON / TELÉFONO 963877040 | |

| | |
|---|--|
| B | DADES SOL·LICITUD / DATOS SOLICITUD |
| DESTÍ / DESTINO Direcció Delegada de Diàleg Social, Prevenció, Conciliació i Esport | |
| ASSUMpte / ASUNTO SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL TRAB | |
| EXPOSA / EXPONE Dentro de la capacidad y autonomía que la Universitat tiene como Universitat Saludable, se debe hacer frente, también, a la salud psicológica de las personas trabajadoras. | |
| SOL·LICITA / SOLICITA Creemos oportuno que el servicio psicológico que se ha estructurado para el alumnado, también se extienda al personal de la Universitat: una buena prevención, a través de sesiones, cursillos o formación variada y charlas, quizás sea suficiente para alcanzar relaciones más sanas dentro de la Universitat. Más detalles de la propuesta en el documento adjunto. | |

| | |
|---|-------------------------------------|
| C | DOCUMENTACIÓ / DOCUMENTACIÓN |
| DOCUMENTACIÓ ADJUNTA / DOCUMENTACIÓN ADJUNTA 2023-10-10_Propuesta-SALUD-MENTAL-Y-EL-BIENESTAR-PSICOLOGICO-EN-EL-TRABAJO_02.pdf | |

| | | | | | |
|--------------------|-------------------------------------|--------------------|------------------------------------|----------------|----------------------|
| Cod. Verificació: | F9AQYGDA889E8741 | Data de registre: | 10/10/2023 15:01:46 | Núm. registre: | REGAGE23e00068585585 |
| Cód. Verificación: | F9AQYGDA889E8741 | Fecha de registro: | 10/10/2023 15:01:46 | Nº registro: | REGAGE23e00068585585 |
| Destinació: | Direcció Delegada de Diàleg Social, | Epígraf: | Presentación de solicitud genérica | Referència: | |
| Destino: | Prevenció, Conciliació i Esport | Epígrafe: | | Referencia: | |

La persona interessada declara expressament que totes les dades ressenyades són certes. Així mateix manifesta, sota la seua responsabilitat, que compleix els requisits que estableix la normativa vigent per a l'exercici de la sol·licitud, que disposa de la documentació que així ho acredita i que es compromet a mantenir el seu compliment durant el període de temps inherent a aquest exercici. / La persona interessada declara expressament que todos los datos señalados son ciertos. Asimismo manifiesta, bajo su responsabilidad, que cumple con los requisitos establecidos en la normativa vigente para el ejercicio de la solicitud, que dispone de la documentación que así lo acredita y que se compromete a mantener su cumplimiento durante el periodo de tiempo inherente a dicho ejercicio.

De conformitat amb el que s'estableix a la Normativa del Registre Electrònic de la Universitat Politècnica de València i en l'article 16 de la Llei 39/2015, d'1 d'octubre, del procediment administratiu comú de les administracions públiques, les sol·licituds presentades mitjançant aquest procediment tenen validesa legal i, per tant, no requereixen la seua presentació en un registre presencial. / En conformidad con aquello establecido en la Normativa del Registro Electrónico de la Universitat Politècnica de València y en el artículo 16 de la Ley 39/2015, de 1 de octubre, del Procedimiento Administrativo Común de las Administraciones Públicas, las solicitudes presentadas mediante este procedimiento tienen validez legal, por lo tanto, no requieren su presentación en un registro presencial.



**Un Sindicat
PER A TOT_ES**

Secció Sindical CC OO de la Universitat Politècnica de València

Fecha: 10/10/2023

De: Ildefonso Pelayo y Alonso Pérez.
Delegados de Prevención por CC OO UPV.

Dirigido a: Salvador Puigdengolas. Ncero de la UPV. Jefe SIPSL.
Eduardo Bolufer. Director Área Prevención RRLI UPV.

Asunto: SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR PSICOLÓGICO
EN EL TRABAJO EN LA UPV.

Dentro de la capacidad y autonomía que la Universitat tiene como Universitat Saludable, se debe hacer frente, también, a la salud psicológica de las personas trabajadoras.

La OMS recomienda hacer frente a los riesgos para la salud mental y psicológica y lo que conlleva: la carga de trabajo, comportamientos negativos y otros factores que generan ansiedad o angustia en el trabajo, así como, las relaciones personales y laborales.

Creemos oportuno que el servicio psicológico que se ha estructurado para el alumnado, también se extienda al personal de la Universitat: una buena prevención, a través de sesiones, cursillos o formación variada y charlas, quizás sea suficiente para alcanzar relaciones más sanas dentro de la Universitat.

Creemos importante trabajar en ello y hacer equipos con entornos saludables, potenciando así la calidad del trabajo, la protección y cuidado del personal trabajador y la prevención y ayudando a las personas a colaborar y responsabilizarse de crear mejores relaciones.



**Un Sindicat
PER A TOT_ES**

Secció Sindical CC OO de la Universitat Politècnica de València

Consideramos que es importante generar medios estratégicos:

- * Perfeccionar habilidades de trabajo en equipo: supervisión y cooperación**
- * Clarificar los objetivos, proporcionar buenos recursos, animar al personal empleado a tomar iniciativas posibles para resolver problemas y aportar sus puntos de vista en cuestiones laborales**
- * Gestionar las tensiones y conflictos con ayuda de personal mediador**
- * Mostrar interés por el bienestar, salud y seguridad del personal empleado**
- * Escuchar de forma empática y proporcionar referencias adecuadas a las personas que tienen problemas**
- * Examinar las relaciones que se crean en las unidades entre el personal trabajador.**
- * Hacer reuniones de trabajo y planificar para que sean tareas productivas y dinámicas, promoviendo la participación y consolidando equipos.**

Se trata de tener un dominio y reconocimiento de lo exógeno para trabajarlo y superarlo. Así como de conseguir que las personas trabajadoras, se sientan satisfechas con su trabajo y relaciones laborales

