

INDRA SE SUMA AL DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE MAMA EN LA “SEMANA DEL BIENESTAR” QUE ORGANIZA PARA SUS PROFESIONALES

- **Incluye en su programa, que atiende a la diversidad, una sesión impartida por la AECC para contribuir a la prevención del cáncer de mama y reta a sus profesionales a una carrera solidaria, que se traducirá en una donación a la investigación contra el cáncer**
- **La “Semana del Bienestar” busca fomentar hábitos saludables entre los profesionales, como una alimentación sana, la actividad física o la gestión del estrés, y mostrarles estrategias y herramientas para el cuidado de sus familiares o de su bienestar financiero**
- **Esta nueva edición, que será completamente virtual, contará con la participación de expertos de la salud e *influencers* como Carlos Ríos, Alejandra Vallejo-Nágera, Alberto Soler o “Una Madre Molona”, entre otros**
- **Estas iniciativas forman parte del Programa de Bienestar de Indra, que contribuye a construir un entorno de trabajo saludable, diverso, inclusivo y motivador como parte del compromiso de Indra con el talento y la sostenibilidad**

Madrid, 16 de octubre de 2020.- Indra, una de las principales compañías globales de tecnología y consultoría, ha querido sumarse al Día Mundial del Cáncer de Mama, que se celebra el 19 de octubre, haciendo coincidir esa jornada con el inicio de la segunda “Semana del Bienestar”, que organiza para sus profesionales en todo el mundo con el objetivo de fomentar hábitos saludables, sensibilizarles frente a diversas enfermedades y ofrecerles estrategias y herramientas para mejorar su salud y calidad de vida.

El Día Mundial Contra el Cáncer de mama, los profesionales de Indra podrán asistir vía streaming a una sesión, impartida por la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC), sobre los factores de riesgo, la prevención y detección precoz de esta enfermedad. Según la AECC, este tipo de cáncer es el tumor más frecuente en las mujeres y se calcula que lo padecerán a lo largo de su vida una de cada ocho mujeres.

La “Semana del Bienestar”, que se celebrará del 19 al 23 de octubre y atiende a la salud y la calidad de vida desde la diversidad de situaciones, capacidades e intereses de los empleados, propone también a los profesionales una carrera solidaria. En ella, los kilómetros acumulados por los empleados se traducirán en una donación económica a la organización Cris contra el cáncer, una entidad española cuyo objetivo es fomentar y financiar proyectos de investigación para el tratamiento y cura del cáncer.

Una ponencia sobre nutrición y osteoporosis, coincidiendo con el Día Mundial de la Osteoporosis el 20 de octubre, charlas sobre donación de médula, *real fooding*, organización familiar, pantallas en la infancia y planificación financiera o sesiones de mindfulness, zumba, yoga en silla o introducción al running son algunas de las más de 50 actividades en varios idiomas propuestas por Indra a sus trabajadores. En ellas, podrán adquirir hábitos de vida que les ayudarán a cuidarse y a cuidar de los suyos, de la mano de expertos de la salud e *influencers* como Carlos Ríos, Alejandra Vallejo-Nágera, Alberto Soler o “Una Madre Molona”, entre otros.

Debido al contexto marcado por la crisis del coronavirus, todas las sesiones serán cien por cien virtuales, por lo que podrán disfrutarlas profesionales de todo el mundo simultáneamente, y están programados numerosos contenidos relacionados con la importancia de la salud y el bienestar físico y emocional en el momento actual: técnicas de trabajo en remoto, higiene postural, pausas activas, métodos para la gestión del estrés, disciplina positiva o consejos para la conciliación y la crianza, entre otros.

Más de 3.800 profesionales de Indra se inscribieron en las actividades propuestas en la edición de la “Semana del Bienestar” de 2019. El impacto en la percepción de los profesionales fue muy positivo, con una valoración media de 8,6 sobre 10 en las acciones presenciales y 7,1, en las virtuales.

Mejorar la calidad de vida de las personas enfermas

En esta segunda edición, la “Semana de la Salud” de Indra evoluciona para ir más allá del bienestar de los profesionales de la compañía y sus familias para contribuir también a mejorar la sociedad a través de la investigación en salud, en línea con la Acción Social de Indra, su compromiso con el bienestar social y el fomento de acciones encaminadas a mejorar la sociedad y conseguir un desarrollo más sostenible.

Además de celebrar una carrera solidaria, Indra contará con la participación de fundaciones y asociaciones relacionadas con la salud, la investigación y el apoyo a familias y afectados por enfermedades raras, muchas de ellas propuestas por los propios profesionales. Entre otras entidades, colaborarán: Asociación Española Contra el Cáncer (AECC), Cris contra el cáncer, Stop Sanfilippo, o Donación Médula Ósea de la Comunidad de Madrid.

Programa de Bienestar

La “Semana del Bienestar” forma parte del Programa de Bienestar de Indra, con el que la compañía busca fomentar hábitos de vida saludables entre sus profesionales de todo el mundo basándose en seis pilares: la adopción de una alimentación sana, un buen ambiente de trabajo y la gestión del estrés, el fomento de la actividad física, el cuidado a los seres queridos y, como novedad este 2020, el bienestar financiero.

El Programa, que incluye acciones cada dos meses a lo largo de todo el año y que cuenta con servicios continuos como telemedicina o gympass, tiene como objetivo principal ofrecer una respuesta integral a la salud física, mental y emocional de los profesionales de la compañía para potenciar el bienestar, mejorar sus vidas y las de sus familias, lo que se traduce en una mejora del clima laboral, el compromiso y la productividad en Indra.

Con su Programa de Bienestar, Indra contribuye así a construir un entorno de trabajo saludable, diverso, inclusivo y motivador como parte del compromiso de Indra con el talento y la sostenibilidad.

Acerca de Indra

Indra (www.indracompany.com) es una de las principales compañías globales de tecnología y consultoría y el socio tecnológico para las operaciones clave de los negocios de sus clientes en todo el mundo. Es un proveedor líder mundial de soluciones propias en segmentos específicos de los mercados de Transporte y Defensa, y una empresa líder en consultoría de transformación digital y Tecnologías de la Información en España y Latinoamérica a través de su filial Minsait. Su modelo de negocio está basado en una oferta integral de productos propios, con un enfoque end-to-end, de alto valor y con un elevado componente de innovación. A cierre del ejercicio 2019, Indra tuvo unos ingresos de 3.204 millones de euros, más de 49.000 empleados, presencia local en 46 países y operaciones comerciales en más de 140 países.