

Programa de Conciliação entre a vida profissional, pessoal e familiar (2025/2028)							Mod.153 Data 12/02/2025		
Aspetos da Conciliação	Descrição	Objetivos	Trabalhadores envolvidos	Tarefas	Responsáveis	Meios/ Recursos	Prazo		
							Curto (1 a 6 meses)	Médio (6 a 18 meses)	Longo (18 a 36 meses)
Igualdade de Oportunidades	Promovemos a igualdade de oportunidades e a diversidade como valores essenciais, não sendo toleradas quaisquer formas de discriminação em razão de origem, etnia, género, classe social, deficiência física, convicção política e associações sindicais.	Garantir a equidade de admissões e acesso ao emprego em função do género.	Todos	Monitorização e controlar o número de ofertas de emprego, candidaturas e admissões por género, de modo a equilibrar a percentagem de admissões e acesso ao emprego em função do género, garantir a Igualdade de Género no Acesso ao Emprego.	Recursos Humanos	Recursos Humanos	✓		
		No processo de recrutamento, garantir que as oportunidades de progressão interna sejam prioritariamente disponibilizadas aos colaboradores da empresa, promovendo o desenvolvimento profissional e a valorização do talento interno antes de considerar candidaturas externas.	Todos	Realizar uma análise detalhada do posto de trabalho e do perfil dos colaboradores, assegurando a adequação entre as competências, experiência e responsabilidades do colaborador e os requisitos da função, de forma a otimizar o desempenho e a eficiência organizacional. Comunicação a todos os colaboradores. Formação personalizada para o posto de trabalho.	Recursos Humanos	Recursos Humanos	✓		
		Garantir a equidade de trabalhadores que participam ações de formação em função do género.	Todos	Realização de ações de formação englobando um número de equitativo de homens e mulheres, de modo a equilibrar a percentagem de trabalhadores que participam ações de formação em função do género, garantindo a Igualdade de Género no Acesso à formação.	Recursos Humanos	Recursos Humanos		✓	
Desenvolvimento Pessoal	As nossas políticas de seleção, contratação e progressão interna baseiam-se em critérios transparentes de competências, capacidades, dedicação profissional e mérito dos colaboradores. Promovemos o desenvolvimento pessoal e profissional dos nossos colaboradores, apostando em programas de formação contínua, capacitação e promoção de talentos e potencializa-se a produtividade dos colaboradores, enquanto cidadãos.	Reduzir a taxa de absentismo	Todos	Monitorização e controlar a taxa de absentismo.	Recursos Humanos	Recursos Humanos	✓		
		Reduzir a taxa de turn-over	Todos	Monitorização da Taxa de absentismo.	Recursos Humanos	Recursos Humanos	✓		
		Assegurar que os trabalhadores são informados sobre questões relacionadas com a igualdade de género e direito do trabalho	Todos	Comunicar e divulgar ações e iniciativas, bem como regras e regulamentos, sobre igualdade, diversidade, discriminação, assédio e parentalidade.	Recursos Humanos	Recursos Humanos		✓	
		50 horas de formação ministradas aos trabalhadores por ano.	Todos	Promover ações de formação em diferentes áreas de desenvolvimento pessoal e profissional. Monitorizar e controlar o número de horas de formação.	Recursos Humanos	Recursos Humanos		✓	
Adaptações de horário	Reconhecemos a importância da conciliação da vida familiar, pelo que possibilitamos aos nossos trabalhadores a ausência temporária do trabalho para tratar de questões familiares ou a readaptação de horário para conciliação da	Implementação de trabalho híbrido em departamentos específicos, sempre que solicitado pelo colaborador.	RH, Certificações, Gestão do Produto, Comercial, Financeiro, Design.	Comunicar a todos os colaboradores. Monitorização do nº de horas de teletrabalho.	Recursos Humanos	Recursos Humanos		✓	
		Responder às Solicitações de readaptação do horário efetuadas pelos trabalhadores. As solicitações deverão ser efetuadas junto dos Recursos Humanos e Responsável do departamento.	Todos	Divulgação das medidas de adaptação/redução de Horário. Permitir a readaptação do horário de trabalho para conciliação da vida pessoal e familiar. Monitorização e controlar o indicador.	Recursos Humanos e Responsável do Departamento	Recursos Humanos e Responsável do Departamento	✓		

	reapropiação de horário para conciliação da vida pessoal.	Responder às ausências temporárias do trabalho solicitadas. As solicitações deverão ser efetuadas junto dos Recursos Humanos e/ ou Responsável de Departamento e aprovadas pelos mesmos, até ao limite máximo de 4 horas por trimestre.	Todos	Divulgação das medidas de adaptação/redução de Horário. Permitir a ausência temporário do trabalho para conciliação da vida pessoal e familiar. Monitorização e controlar o indicador.	Recursos Humanos e Responsável do Departamento	Recursos Humanos e Responsável do Departamento	✓		
Bem Estar	A Allcost desenvolve e promove iniciativas dedicadas ao bem-estar dos colaboradores, visando a melhoria da qualidade de vida e o equilíbrio entre a vida profissional e pessoal.	A Allcost disponibiliza um ginásio equipado, com acompanhamento de um Personal Trainer e/ou plano de treino, acessível a todos os colaboradores.	Todos	Divulgação das medidas às partes interessadas. Medir os níveis de satisfação dos colaboradores.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
		A Allcost oferece aulas de Pilates tanto em horário laboral como pós-laboral, proporcionando aos colaboradores oportunidades para o bem-estar e a qualidade de vida.	Todos	Divulgação das medidas às partes interessadas. Medir os níveis de satisfação dos colaboradores.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
		Estabelecer uma parceria com um gabinete de estética para desconto em sessões de depilação a laser.	Todos	Estabelecimento de protocolos com entidades externas, de modo a promover a realização de depilação a laser a preços mais acessíveis. Divulgação das medidas às partes interessadas.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
		A Allcost oferece a todos os colaboradores, no dia do seu aniversário, a possibilidade de escolher entre uma massagem ou uma consulta de nutrição.	Todos	Divulgação das medidas às partes interessadas. Medir os níveis de satisfação dos colaboradores.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
Saúde	A Allcost disponibiliza seguro de saúde a todos os colaboradores com mais de 6 meses de empresa.	Oferta de seguro de saúde para todos os colaboradores com mais de 6 meses na empresa.	Todos	Divulgação das medidas às partes interessadas. Medir os níveis de satisfação dos colaboradores.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
		Descontos significativos no seguro de saúde para o agregado familiar.	Todos	Divulgação das medidas às partes interessadas. Medir os níveis de satisfação dos colaboradores.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
	A Allcost celebrou um protocolo de colaboração com uma ótica, para que todos os trabalhadores usufruam do desconto e rastreio visual.	Estabelecer um protocolo com uma ótica, com descontos que podem chegar aos 50% em óculos e rastreio visual gratuito.	Todos	Estabelecimento de protocolos com entidades externas, de modo a promover o acesso a tratamentos e outros produtos de saúde a preços mais acessíveis	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
	A Allcost celebrou um protocolo de colaboração com uma clínica dentária, para que todos os trabalhadores usufruam do desconto.	Estabelecer Protocolo com uma clínica dentária, assegurando uma redução de até 10% no valor total a pagar pelos tratamentos efetuados	Todos	Estabelecimento de protocolos com entidades externas, de modo a promover o acesso a tratamentos e outros produtos de saúde a preços mais acessíveis	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
		A Allcost realiza, o "Dia da Allcost", uma iniciativa que promove o convívio e a integração entre os colaboradores.	Todos	Promover o evento num dia laboral, permitindo aos trabalhadores a dispensa ao trabalho.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
		Sunset de Encerramento antes das Férias	Todos	Promover o evento em horário laboral, permitindo aos trabalhadores a dispensa ao trabalho.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência		✓	
		Sunset de São Martinho	Todos	Promover o evento em horário laboral, permitindo aos trabalhadores a dispensa ao trabalho.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência		✓	
		Oferta de Meio Dia de Trabalho no Dia de Aniversário dos Colaboradores	Todos	Dispensa do trabalho do colaborador aniversariante.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		

<b>Benefícios</b>	Estimulamos e apoiamos o trabalhador e a família através da atribuição de regalias e presentes em épocas festivas.	Oferta de Voucher de 50€ para Colaboradores que se Tornaram Pais	Todos	O voucher será entregue aos colaboradores que comprovem a chegada de um filho, seja por nascimento ou adoção. O valor de 50€ poderá ser utilizado na Farmácia Vitória, com o qual a empresa tem parceria.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
		Oferta de Voucher de 50€ por Dependente a Colaboradores com Filhos em Idade Escolar	Todos	O voucher será entregue aos colaboradores com filhos em idade escolar no mês de setembro. O valor de 50€ poderá ser utilizado na papelaria CC Pereira, com o qual a empresa tem parceria.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
		Disponibilização de consultoria financeira para todos os colaboradores.	Todos	Comunicação a todos os colaboradores. Definição de horários de atendimento e respetivos agendamentos.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência		✓	
		Oferta de Cabaz alimentar no Natal	Todos	Comunicação a todos os colaboradores. Compra de cabazes no valor de 50€ por colaborador.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência		✓	
		Oferta de jantar de Natal	Todos	Comunicação a todos os colaboradores. Organização do jantar de Natal da empresa.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência		✓	
		Oferta de um presente no dia da Mulher a todas as mulheres da empresa.	Colaboradoras	Comunicação a todos os colaboradores. Compra de presente no valor de 25€ por colaboradora.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência		✓	
		Oferta de um pão de ló na Páscoa.	Todos	Comunicação a todos os colaboradores. Compra de um pão de ló no valor de 15€ por colaborador.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
		Oferta de fardamento a todos os colaboradores.	Todos	Identificar as necessidades de fardamento e respetivos orçamentos. Distribuição do fardamento (t-shirts, sweats, coletes, casacos, batas).	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência	✓		
		Atribuição de um prémio anual.	Todos	Análise dos indicadores a estabelecer como metas para remuneração de um prémio anual equivalente ao respetivo salário do colaborador. Comunicar a todas as partes interessadas as metas a serem alcançadas.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência		✓	
<b>Atividades com familiares</b>	A integração é de extrema importância, pelo que promovemos um evento anual para participação dos dependentes.	Proporcionar um dia especial em que os filhos e/ou dependentes dos colaboradores tenham a oportunidade de conhecer o ambiente de trabalho dos seus familiares, os colegas de equipa e as atividades desempenhadas na empresa. Esta iniciativa visa fortalecer a ligação entre a vida profissional e familiar, promovendo um ambiente mais integrador e acolhedor.  Além de permitir uma maior compreensão sobre o papel dos pais no contexto profissional, este dia será também uma oportunidade para fomentar a interação e o convívio entre colaboradores e respetivas famílias, reforçando o espírito de equipa e a cultura organizacional.	Todos	Planear e agendamento do evento. Comunicação a todas as partes interessadas.	Recursos Humanos e Gerência	Recursos Humanos e Gerência		✓	