



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 1 de 31

SC-CER440961

Contenido

INTRODUCCIÓN	2
1. PROPÓSITO	2
2. ALCANCE	2
3. RESPONSABLES	2
4. BENEFICIARIOS	2
5. RECURSOS	3
6. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS	3
7. DESARROLLO DEL CONTENIDO	4
7.1 ESTRUCTURA DEL PROGRAMA	4
7.2 MARCO LEGAL	6
7.3 EJECUCIÓN DEL PROGRAMA	6
7.3.1 Programación de Actividades	9
7.4 EVALUACIÓN	30
7.5 COMPROMISOS Y RESPONSABILIDADES	30

COPIA NO CONTROLADA



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 2 de 31

SC-CER440961

INTRODUCCIÓN

“*De camino a la vida*” es un programa dirigido a la población académica y administrativa de la Universidad de Santander que se encuentra en su etapa pre-pensional, y se crea con el fin de ofrecer habilidades al trabajador para su adaptación a su vida pensional, de manera asertiva y positiva, y también ofrecer espacios para generar actividades de promoción en salud, para reducir los cambios negativos que puedan experimentar con la llegada de su jubilación.

El desarrollo de este programa busca que la transición a la vida pensional, sea un proceso digno y carezca de complicaciones, evitando conflictos laborales, deterioro del clima organizacional y afectaciones en la calidad de vida de cada colaborador pre-pensionado.

1. PROPÓSITO

Elaborar un programa de enseñanza y acompañamiento para los colaboradores que hacen parte del grupo de pre-pensionados, con el fin de prepararlos para recibir con gratitud el retiro laboral, teniendo en cuenta las siguientes dimensiones: físico, social, interpersonal y mental.

2. ALCANCE

Comprende toda la población académica y administrativa de la Universidad de Santander, en los campus de: Bucaramanga, Cúcuta y Valledupar.

3. RESPONSABLES

Los responsables de la ejecución del programa son:

- Talento Humano
- Bienestar Institucional
- Seguridad y Salud en el trabajo

4. BENEFICIARIOS

Personal académico y administrativo que estén próximos a pensionarse, es decir, que les falte tres (3) años para pensionarse.



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

*PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES*

Versión: 02

Página 3 de 31

SC-CER440961

5. RECURSOS

Para el desarrollo de este programa se requieren los siguientes recursos:

- Humanos
- Tecnológicos
- Físicos
- Financieros

6. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

- **Pre-pensionados:** según la jurisprudencia constitucional colombiana, son los empleados que se encuentren cumpliendo con los requisitos para acceder a la pensión por vejez dentro de los 3 años vigentes, en otras palabras, colaboradores que les falte 3 años para pensionarse.
- **Desvinculación asistida:** conjunto de acciones que permiten el retiro legal y tranquilo de un empleado adscrito a una institución, se trata de actividades profesionales y programadas que buscan guardar las relaciones entre la entidad y el empleado.
- **Clima Laboral:** hace énfasis al ambiente de trabajo que se desarrolla diariamente dentro de la institución, influye en la productividad y el desarrollo de cada colaborador frente a los objetivos generales establecidos.
- **Bienestar Social:** es un proceso permanente basado en mejorar las condiciones tanto laborales como personales que contribuyan con el desarrollo integral de los colaboradores, con actividades y temas que inciden en la calidad de vida laboral como un empleo digno, personal con temas de salud, recreaciones entre otros.
- **Talento Humano:** es un pilar fundamental en el desarrollo de una entidad, ya que es el activo fijo que hace que la Institución crezca y sea reconocida, también se basa en la variedad de gustos e intereses de cada uno de los colaboradores, los cuales, hacen la suma para una organización con grandes competencias.
- **Seguridad y Salud en el Trabajo:** se basa en una actividad multidisciplinaria la cual va dirigida a todos los colaboradores de la Institución, en la cual se promueve la salud, los buenos hábitos, el bienestar en todos los ámbitos, la prevención, el control de accidentes, enfermedades y las condiciones que pueden poner en peligro la vida de los colaboradores de la Universidad de Santander.



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 4 de 31

SC-CER440961

- **Talleres vivenciales:** encuentros que facilitan el conocimiento de nuestro mundo interno para intentar solucionar dificultades emocionales o ampliar el conocimiento personal.
- **Comunicación (Relacionamiento interpersonal):** este criterio describe las habilidades necesarias para el convencimiento y motivación de otras personas (por ejemplo, clientes, colegas, colaboradores y superiores).
- **Solución de problemas:** se refiere a las habilidades analíticas para resolver problemas, brindar soluciones a situaciones inherentes a las funciones, aplicar conceptos, principios o normas generales de la Institución.
- **Aprendizaje Colateral:** es lo que se aprende directamente por estar al lado de quien hace una tarea.
- **Talleres lúdicos:** son actividades recreo-formativas dirigidas a todos los grupos poblacionales con dos objetivos, uno técnico para desarrollar, fortalecer y mejorar habilidades motrices y físicas, y otro pedagógico para formar en habilidades sociales.

7. DESARROLLO DEL CONTENIDO

El contenido de este programa de enseñanza y acompañamiento en el proceso de preparación al colaborador para su buen retiro laboral, está diseñado en 6 fases, para aplicarse durante el semestre activo por 3 años, desde el momento en que se reconoce al colaborador, hasta que cumple el periodo pre-pensional.

De camino a la vida, se fundamenta en enseñar, acompañar, estimular y reforzar aquellos factores protectores que permiten al individuo afrontar y adaptarse positivamente a esta nueva etapa en su vida, buscando el bienestar del colaborador y de la institución, sin dejar a un lado al núcleo familiar primario para generar un ambiente de confianza y bienestar.

7.1 ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

Para la Universidad de Santander es fundamental contar con un programa de preparación para los colaboradores pre-pensionados, atendiendo a la importancia en su desempeño productivo, motivación, compromiso y lealtad por la institución,



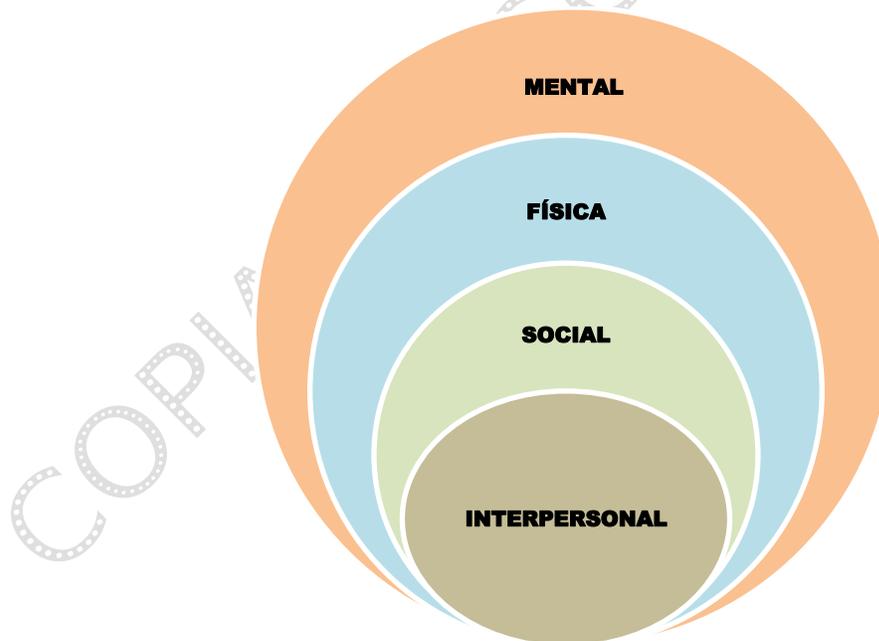
con el fin de reconocer su dedicación y esfuerzo, como pilares y constructores de la UDES.

Dentro del proceso de reconocimiento, se aplicará una encuesta para determinar aquellos factores de motivación y algunos intereses que se quieran incluir dentro del programa, cada vez que se inicie con el programa.

El programa se ejecutará por fases y cada fase estará conformada por actividades que se desarrollarán por sesiones cada quince (15), para un total de nueve (9) sesiones en el semestre.

La preparación para el retiro laboral es un proceso de información-formación, que brinda herramientas para asumir en forma positiva este nuevo rol, dicha preparación no solo impacta en los participantes sino también en su ámbito familiar y social, de este modo, se debe involucrar no solo al colaborador sino a su entorno familiar, como valor agregado.

De tal manera, las actividades que conforman este programa, deben estar acompañadas por las áreas responsables y nuestros aliados estratégicos externos, teniendo en cuenta las siguientes dimensiones:





**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 6 de 31

SC-CER440961

La jubilación es un proceso de transición irremediable que conlleva un sin fin de cambios físicos, mentales y económicos, los cuales, todos los seres humanos deben pasar una vez terminada su vida laboral.

7.2 MARCO LEGAL

- **Decreto 1833 de 2016:** Decreto único reglamentario del sector Sistema de Seguridad Social en Pensiones.
- **Ley 797 de 2003:** Sistema General de Pensiones previsto en la Ley 100 de 1993 y los Regímenes Pensionales Exceptuados y especiales.
- **Código sustantivo del trabajo:** Busca lograr la justicia en las relaciones que surgen entre empleadores y trabajadores, dentro de un espíritu de coordinación económica y equilibrio social.
- **Resolución 2346 de 2007:** Regula la práctica de evaluaciones médicas ocupacionales y el manejo y contenido de las historias clínicas ocupacionales.
- **Resolución 2646 de 2008:** Se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación de patologías laborales.
- **Resolución 0312 de 2019:** Definen los estándares mínimos del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST.
- **Resolución 2013 de 1986:** Se reglamenta la organización y funcionamiento de los Comités de Medicina, Higiene y Seguridad Industrial en los lugares de trabajo.
- **Ley 700 de 2001:** Se dictan medidas tendientes a mejorar las condiciones de vida de los pensionados y se dictan otras disposiciones.
- **Ley 115 de 1994:** Ley general de la Educación.

7.3 EJECUCIÓN DEL PROGRAMA

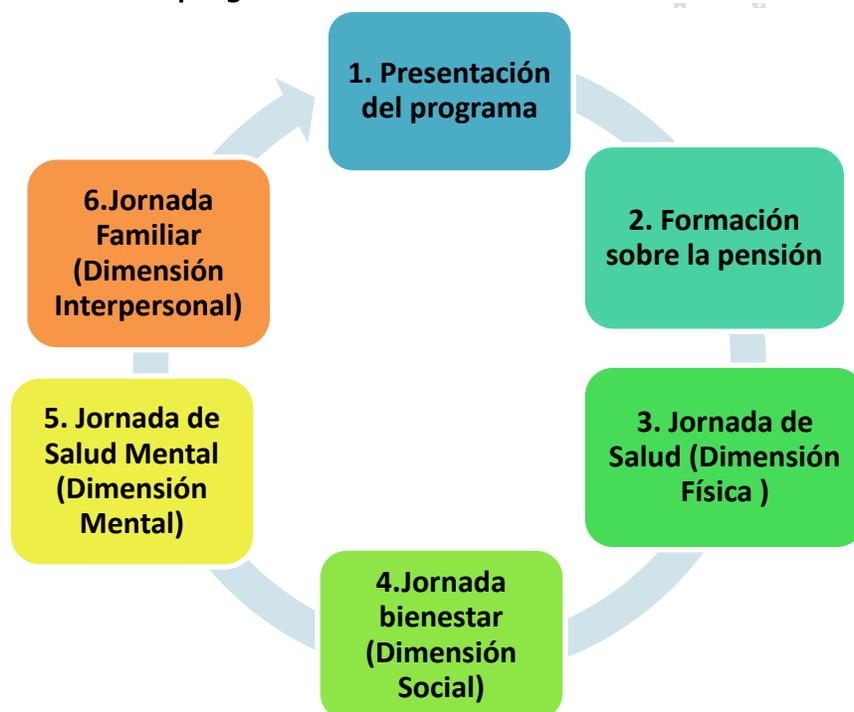
Para iniciar con el programa, se debe evaluar la motivación, el clima laboral y algunos intereses de los colaboradores.

El instrumento que se utilizará para la medición, será elaborado en acompañamiento con un experto técnico de la ARL, quien, a su vez, acompañará la ejecución del programa.

Los horarios serán horarios flexibles, para garantizar la cobertura del 100% de los participantes.

Anualmente se revisará el personal que entra al periodo pre pensional, e iniciará con ellos la aplicación de las 6 fases del programa.

Componentes del programa de Buen Retiro Laboral “ de camino a la vida”



A través de estos componentes se busca promover una atención integral y multidisciplinaria en cada una de las fases del programa, por lo cual, puede entenderse que este se orienta directamente al desarrollo de un conjunto de actividades dirigidas a la preparación del pre pensionado para un cambio de estilo de vida y al ingreso **de camino a la vida**, con el fin de facilitar la adaptación a esta nueva etapa, fomentando la formación en la ocupación del tiempo libre, el



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

*PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES*

Versión: 02

Página 8 de 31

SC-CER440961

crecimiento personal, la promoción y prevención de la salud, la familia e igualmente alternativas ocupacionales.

COPIA NO CONTROLADA



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 9 de 31

SC-CER440961

7.3.1 Programación de Actividades

Fase 1

# Sesión	Etapa	Actividad	Objetivo	Responsable
01	Aspecto inicial	Presentación del programa y aceptación de la participación por parte de los colaboradores	Realizar la presentación del programa por medio de una charla informativa de manera lúdica acompañándose de la cartilla resultado del programa.	Talento Humano
		Evaluación de conocimientos y pensamientos	Indagar los pensamientos y conocimientos que tiene el trabajador respecto a la jubilación.	Talento Humano



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 10 de 31

SC-CER440961

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
02	Aspecto Formativo	A través de la cartilla para pre-pensionados, se brinda la información pertinente y necesaria sobre el tema de la jubilación, los regímenes que existen, entre otros.	Enseñar al trabajador pre-pensionado, los beneficios y toda la información necesaria sobre la jubilación y otros servicios que se le brindan al empleado por hacer parte del fondo de pensiones y cesantías.	Talento Humano
		Ejecución de una charla formativa apoyados por un experto en el tema	Afianzar los conocimientos de los trabajadores recibidos en la formación.	Talento Humano
03	Aspecto de salud física	Jornada de salud	Realizar exámenes médicos a los trabajadores pre-pensionados para iniciar con el historial clínico ocupacional.	IPS encargada
04	Aspecto social	Jornada de Bienestar	Incentivar al trabajador pre-pensionado a mejorar su condición física, mantener buenos hábitos y fortalecer los vínculos sociales con otros colaboradores, por medio de actividades lúdicas y físicas.	Bienestar Institucional



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 11 de 31

SC-CER440961

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
05	Aspecto de salud Mental	Jornada de Salud Mental	Promover la salud mental y prevenir la enfermedad mental de los trabajadores pre-pensionados por medio de asistencias psicológicas, actividades o campañas que incentiven a mantener una salud mental.	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional
06	Aspecto Interpersonal	Jornada Familiar (integración familiar)	Fortalecer los vínculos familiares de los colaboradores y así reforzar la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad a nivel físico y mental.	Talento Humano Neurotrauma Center Bienestar Institucional
07	Aspecto de Salud	Exámenes físicos	Controlar la salud física de los colaboradores, realizando un chequeo para finalizar el semestre.	Neurotrauma Center
08	Aspecto Social	Taller de pintura	Estimular al colaborador para que desarrolle habilidades de pintura.	Bienestar Institucional
09	Aspecto de salud mental	Terapias de relajación	Enseñar al colaborador a manejar distintas terapias de relajación para que pueda aplicarlas en su	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional



Universidad de Santander
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 12 de 31

SC-CER440961

			vida cotidiana o cuando le sea necesario.	
--	--	--	---	--

Fase 2

# Sesión	Etapa	Actividad	Objetivo	Responsable
01	Aspecto Interpersonal	Formación en estrategias para enfrentar cambios	Proponer mecanismos para resolver conflictos obteniendo mejoras para enfrentar diferentes situaciones en la vida.	Talento Humano
02	Aspecto de formación	Charla formativa para la preparación a la vida no laboral.	Preparar al colaborador para una vida no laboral.	Talento Humano
		Ejecutar taller de fortalecimiento de autoestima.	Afianzar los conocimientos de los trabajadores recibidos en la formación.	Talento Humano



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 13 de 31

SC-CER440961

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
03	Aspectos de salud	Charla sobre mantener una rutina con buenos hábitos.	Realizar una charla informativa sobre los buenos hábitos para promover la salud y evitar la enfermedad de los colaboradores y su familia.	Talento Humano
04	Aspectos sociales	Aeróbicos	Incentivar al trabajador a fortalecer sus vínculos sociales por medio de la participación de aeróbicos y a su vez, promocionar la salud física y mental.	Bienestar Institucional
05	Aspectos de salud Mental	Evento de reconocimiento de las habilidades y cualidades de los colaboradores	Realizar reconocimiento a los trabajadores pre-pensionados por su labor ejercida en la institución, por sus cualidades o lo que los caracterice, con el fin de motivar al colaborador.	Talento Humano Bienestar Institucional
06	Aspecto Interpersonal	Formación para manejar una buena economía en el hogar.	Formar a los colaboradores en el manejo de las finanzas para que puedan tener una mejor calidad de vida después del retiro laboral.	Talento Humano Bienestar Institucional



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 14 de 31

SC-CER440961

# Sesión	Etapa	Actividad	Objetivo	Responsable
07	Aspecto de Salud	Examen visual	Monitorear su condición visual para prevenir enfermedades y promover la salud.	
08	Aspecto Social	Recreación (deportes)	Incentivar a los colaboradores para realizar actividades físicas (baloncesto, ping pong, fútbol, tenis, entre otros)	Bienestar Institucional
09	Aspecto de salud mental	Charla de Orientación para la elaboración del nuevo proyecto de vida	Enseñar al colaborador a diseñar su nuevo proyecto de vida para la etapa de vida no laboral.	Talento Humano Bienestar Institucional



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 15 de 31

SC-CER440961

Fase 3

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
01	Aspecto inicial	Presentación del programa a los nuevos integrantes del grupo	Realizar la presentación del programa por medio de una charla informativa de manera lúdica acompañándose de la cartilla resultado del programa.	Talento Humano
		Evaluación de la motivación, clima laboral e intereses de los nuevos integrantes	Analizar la motivación de los trabajadores y el clima laboral a su vez determinar los intereses del trabajador para complementar el programa.	Talento Humano
		Evaluación de conocimientos y pensamientos	Indagar los pensamientos y conocimientos que tienen los nuevos integrantes del grupo respecto a la jubilación.	Talento Humano



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 16 de 31

SC-CER440961

# Sesión	Etapa	Actividad	Objetivo	Responsable
02	Aspecto Formativo	A través de la cartilla para pre-pensionados, se brinda la información pertinente y necesaria sobre el tema de la jubilación, los regímenes que existen, entre otros.	Enseñar a los nuevos integrantes del grupo, los beneficios y toda la información necesaria sobre la jubilación y otros servicios que se le brindan al empleado por hacer parte del fondo de pensiones y cesantías.	Talento Humano
		Taller reforzador de conocimientos brindados en la charla.	Afianzar los conocimientos de los nuevos trabajadores recibidos en la formación.	Talento Humano
03	Aspecto de salud física	Jornada de salud	Realizar exámenes médicos a los nuevos colaboradores para iniciar con el historial clínico ocupacional.	Neurotrauma Center
			Realizar exámenes médicos como chequeo para los colaboradores que asisten desde el inicio del programa.	Neurotrauma center
04	Aspecto social	Bingo bailable	Fortalecer vínculos sociales entre los colaboradores por medio de la participación del bingo bailable.	Bienestar Institucional



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 17 de 31

SC-CER440961

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
05	Aspecto de salud Mental	Asistencia Psicológica	Brindar y normalizar, la asistencia psicológica para aquellos colaboradores que lo necesiten.	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional
		Taller para aprender a trabajar en equipo.	Reforzar las habilidades sociales de los colaboradores para impulsar el trabajo en equipo.	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional
06	Aspecto Interpersonal	Jornada Familiar (integración padres e hijos)	Fortalecer los vínculos familiares de los colaboradores y así reforzar la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad a nivel físico y mental por medio de actividades recreativas donde involucren todos los integrantes de la familia.	Talento Humano Neurotrauma Center Bienestar Institucional



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 18 de 31

SC-CER440961

# Sesión	Etapa	Actividad	Objetivo	Responsable
07	Aspecto de Salud	Exámenes odontológicos	Brindar el servicio odontológico a los colaboradores para promover la salud y prevenir la enfermedad.	Neurotrauma Center
08	Aspecto Social	Taller de manualidades	Estimular al colaborador para que desarrolle habilidades manuales.	Bienestar Institucional
09	Aspecto de salud mental	Taller para desarrollar la inteligencia emocional	Enseñar al colaborador a desarrollar la inteligencia emocional, por medio de un taller lúdico, con el fin de mejorar su calidad de vida y así pueda aplicarlo en la cotidianidad.	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 19 de 31

SC-CER440961

Fase 4

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
01	Aspecto Interpersonal	Jornada educativa de finanzas para los hijos de los colaboradores	Enseñar a los hijos de los trabajadores, estrategias para manejar el dinero, ahorrar y saber invertirlo.	Talento Humano Bienestar Institucional
		Exámenes visuales para los hijos de los colaboradores	Realizar exámenes visuales a los hijos de los trabajadores, para descartar enfermedades, prevenirlas y promover la salud.	Neurotrauma Center
02	Aspecto de formación	Talleres que favorezcan las competencias ocupacionales.	Desarrollar talleres que permitan explorar en qué áreas están interesados o adquirir nuevas habilidades en las que puedan ocupar su tiempo libre de manera productiva.	Talento Humano



Universidad de Santander
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 20 de 31

SC-CER440961

# Sesión	Etapa	Actividad	Objetivo	Responsable
		Charla sobre estrategias programación financiera.	Realizar una charla informativa las estrategias de programación financiera, con el fin de enseñar al colaborador a manejar sus finanzas.	Neurotrauma Center Talento Humano ARL
03	Aspectos de salud	Formación sobre Enfermedades en el adulto mayor y cómo enfrentar la situación.	Enseñar a los trabajadores las distintas enfermedades que pueden presentar por su ciclo vital y a su vez, brindar estrategias para enfrentar las situaciones que se presenten, referentes a la salud física.	Neurotrauma Center Talento Humano
04	Aspectos sociales	Karaoke (integración de los colaboradores)	Promover la salud mental y fortalecer los vínculos sociales y laborales entre los colaboradores, por medio de un karaoke, el cual, requiere de una buena comunicación y participación activa de los integrantes del grupo.	Talento Humano Bienestar Institucional



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 21 de 31

SC-CER440961

05	Aspectos de salud Mental	Taller para la resolución de conflictos.	Formar a los colaboradores sobre la resolución de conflictos, el cual, permite crear estrategias de afrontamiento para la solución de conflictos ya sea de tipo económico, social o personal.	Talento Humano Bienestar Institucional
----	--------------------------	--	---	---

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
06	Aspecto Interpersonal	Taller de integración familiar y el manejo del estrés.	Realizar un taller para afianzar conocimientos y enseñar al colaborador y su familia a manejar el estrés por medio de terapias de respiración	Neurotrauma Center
07	Aspecto de Salud	Charla informativa sobre los tipos de cáncer que pueden afectar a hombres y mujeres de su edad.	Enseñar a los colaboradores los tipos de cáncer que pueden afectar hombres y mujeres, y cuál es la población más vulnerable a esta enfermedad.	Neurotrauma Center



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 22 de 31

SC-CER440961

08	Aspecto Social	Charlas donde se realce el valor de la vida y la familia.	Reconocer el valor de la vida y la familia por medio de una charla con los colaboradores.	Neurotrauma Center
09	Aspecto de salud mental	Apoyo espiritual Yoga	Reconocimiento de espacios para incentivar a los colaboradores a una reflexión y encuentro con ellos mismos, con el fin de crecer como personas.	Bienestar Institucional Talento Humano

Fase 5

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
		Presentación del programa a los nuevos integrantes del grupo	Realizar la presentación del programa por medio de una charla informativa de manera lúdica acompañándose de la cartilla resultado del programa.	Talento Humano



01	Aspecto inicial	Evaluación de la motivación, clima laboral e intereses de los nuevos integrantes	Analizar la motivación de los trabajadores y el clima laboral a su vez determinar los intereses del trabajador para monitorear y correlacionar con los datos recolectados los dos años anteriores.	Talento Humano
		Evaluación de conocimientos y pensamientos	Indagar los pensamientos y conocimientos que tienen los nuevos integrantes del grupo respecto a la jubilación y evaluar el conocimiento sobre la jubilación en colaboradores antiguos del programa.	Talento Humano

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
02	Aspecto Formativo	Inducción sobre la jubilación.	Enseñar a los nuevos integrantes del grupo, los beneficios y toda la información necesaria sobre la jubilación y otros servicios que se le brindan al empleado por hacer parte del fondo de pensiones y cesantías.	Talento Humano



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 24 de 31

SC-CER440961

		Taller reforzador de conocimientos brindados en la charla.	Afianzar los conocimientos de los nuevos trabajadores recibidos en la formación.	Talento Humano
03	Aspecto de salud física	Jornada de salud	Realizar exámenes médicos a los nuevos colaboradores para iniciar con el historial clínico ocupacional.	Neurotrauma Center
			Realizar exámenes médicos como chequeo para los colaboradores que asisten desde el inicio del programa.	Neurotrauma center

# Sesión	Etapa	Actividad	Objetivo	Responsable
04	Aspecto social	Taller de cocina	Fortalecer vínculos sociales entre los colaboradores por medio de un taller de cocina, el cual, permite desarrollar habilidades en el campo.	Bienestar Institucional



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 25 de 31

SC-CER440961

05	Aspecto de salud Mental	Asistencia Psicológica	Brindar y normalizar, la asistencia psicológica para aquellos colaboradores que lo necesiten.	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional
		Taller para aprender hábitos y conductas saludables	Enseñar al colaborador, conductas y hábitos saludables que permitan incorporar en su vida cotidiana.	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional
06	Aspecto Interpersonal	Taller sobre habilidades sociales (entorno familiar, juego de roles)	Fortalecer los vínculos del colaborador con su familia, teniendo en cuenta las habilidades sociales, descubiertas en el taller realizado por ellos mismos, por medio de un juego de roles.	Talento Humano Neurotrauma Center Bienestar Institucional
# Sesión	Etapa	Actividad	Objetivo	Responsable
07	Aspecto de Salud	Charla sobre control de la tensión y el estrés.	Enseñar al colaborador técnicas para controlar el estrés y la tensión ya sea producido por el trabajo o por el cambio de vida en su nueva etapa no laboral.	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 26 de 31

SC-CER440961

08	Aspecto Social	Taller: La necesidad del cambio para el crecimiento humano.	Enseñar a los colaboradores los aspectos positivos de tener un cambio en la vida como crecimiento humano.	Bienestar Institucional Talento Humano
09	Aspecto de salud mental	Formación sobre la higiene y limpieza mental.	Promover la salud mental por medio de una formación sobre la higiene y limpieza mental, con el fin de cuidar la mente y mantener una buena calidad de vida.	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional

Fase 6

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
----------	--------	-----------	----------	-------------



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 27 de 31

SC-CER440961

01	Aspecto Interpersonal	Jornada de nutrición	Enseñar a los colaboradores, cómo manejar una buena dieta alimenticia en el hogar.	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional
		Taller de educación sexual para los hijos adolescentes y los colaboradores	Realizar un taller de educación sexual con el fin de enseñar a los colaboradores, cómo actuar frente a ciertas situaciones de carácter sexual y a los hijos adolescentes mostrarle estrategias para conocerse a sí mismo y dejar a un lado el tabú que contiene este componente importante de la vida: <i>“la sexualidad”</i>	Neurotrauma Center Talento Humano Bienestar Institucional

# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable
----------	--------	-----------	----------	-------------



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 28 de 31

SC-CER440961

		Taller sobre toma de decisiones.	Realizar un juego de roles, el cual, evidencie alguna situación que requiera de una respuesta rápida y asertiva, para que el colaborador pueda crear estrategias para la toma de decisiones.	Talento Humano
02	Aspecto de formación	Charla sobre el autocuidado	Realizar una charla informativa sobre el autocuidado para promover la salud y prevenir la enfermedad.	Neurotrauma Center Talento Humano
03	Aspectos de salud	Jornada de Meditación	Enseñar a los trabajadores a realizar ejercicios de meditación, con el fin de llegar al punto de la relajación. Del mismo modo, puedan aplicarlo en su rutina cotidiana.	Talento Humano Bienestar Institucional
04	Aspectos sociales	Taller para el manejo del tiempo libre	Enseñar al colaborador estrategias para manejar el tiempo libre de manera eficaz y fructífera para él y su familia.	Talento Humano Bienestar Institucional
# Sesión	Etapas	Actividad	Objetivo	Responsable



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 29 de 31

SC-CER440961

05	Aspectos de salud Mental	Profilaxis del sueño	Formar al colaborador para que pueda realizar la profilaxis del sueño, con el fin de mejorar la calidad del sueño y así mismo evitar enfermedades.	Talento Humano Neurotrauma Center
06	Aspecto Interpersonal	Taller de relaciones de pareja, familiares y sociales	Realizar un juego de roles para representar las buenas relaciones o conductas adaptativas de pareja, familiares y sociales.	Neurotrauma Center Bienestar Institucional
07	Aspecto de Salud	Jornada de salud	Realizar exámenes médicos con el fin de mantener en los colaboradores un control de la salud y así añadirlo a su historial clínico ocupacional.	Neurotrauma Center
08	Aspecto Social	Taller sobre el manejo de herramientas virtuales	Enseñar a manejar las herramientas virtuales para disminuir el estrés y promover la salud.	Talento Humano Bienestar Institucional
09	Aspecto de salud mental	Jornada de sensibilización y acompañamiento	Taller de formación sobre el manejo de situaciones que generan una transición en la vida.	Neurotrauma Center Talento Humano



**Universidad
de Santander**
UDES

VIGILADA MINEDUCACIÓN | SNIES 2832

Sistema de Gestión de la Calidad VAF
Vicerrectoría Administrativa y Financiera

**PROGRAMA DE BUEN RETIRO
LABORAL
TAH-PG-001-UDES**

Versión: 02

Página 30 de 31

SC-CER440961

Nota: las actividades estimadas para este programa, no tienen ningún costo adicional ya que se utilizan los convenios que tiene la universidad con las entidades como Neurotrauma Center, el fondo de pensiones y cesantías o la ARL, así mismo, se pueden utilizar los servicios que brindan la Oficina de Talento Humano y Bienestar Institucional.

7.4 EVALUACIÓN

Para evaluar el cumplimiento del objetivo del programa “Elaborar un programa de enseñanza y acompañamiento para los colaboradores que hacen parte del grupo de pre-pensionados, con el fin de prepararlos para recibir con gratitud el retiro laboral, teniendo en cuenta las siguientes dimensiones: físico, social, interpersonal y mental, se debe evaluar cada una de las actividades de las dimensiones del programa, verificar su cumplimiento de acuerdo al cronograma establecido, retroalimentación del grupo objetivo de los aspectos de mejora de cada una de las actividades y una evaluación de satisfacción por parte de los participantes al finalizar el programa; y se confrontarán los cambios del grupo de participantes del programa con el indicador de satisfacción laboral.

7.5 COMPROMISOS Y RESPONSABILIDADES

Del colaborador:

- Asistir a todas las actividades establecidas en el programa para obtener buenos resultados en su proceso de transición a la vida no laboral.
- Participar de forma activa en las formaciones, talleres y/o actividades estimadas en el programa.
- Cumplir con el horario y el cronograma establecido en el programa.
- Participar en las encuestas de motivación y clima laboral.

De la Institución:

- Brindar información de calidad referente a la jubilación.
- Promover la salud física, mental y social a través de actividades lúdicas y así prevenir la enfermedad.
- Brindar el apoyo de los departamentos pertinentes y entidades para el buen desarrollo de las actividades del programa.
- Coordinar las actividades del programa para garantizar la integración de los colaboradores con la cultura organizacional de la Universidad de Santander.



SC-CER440961

CONTROL DE CAMBIOS

VERSIÓN	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO
01	
FECHA DE APROBACIÓN 17/01/2022	En Programación de actividades 7.3.1.
RESPONSABLE Laura Cecilia Niño Contreras Jefe de Talento Humano	<p>Fase 1 -01 Se incluye en actividad aclaración sobre aceptación de la participación por parte de los colaboradores. Se elimina en actividad, Evaluación de la motivación, clima laboral e intereses del trabajador.</p> <p>Fase 1-02 Se modifica en actividad, taller reforzador de conocimientos por Ejecución de una charla formativa apoyada por expertos.</p> <p>En Fase 1-03, se modifica el responsable.</p> <p>En Fase 2-01 En actividad Formación de estrategias se elimina en el responsable Neurotrauma Center, se elimina Exámenes médicos para los hijos de los colaboradores.</p> <p>En Fase 2-02 En actividad ejecutar taller de autoestima al responsable Neurotrauma Center.</p> <p>En Fase 2-03-07-09 En responsable se elimina Neurotrauma.</p>
VERSIÓN	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO
01	
FECHA DE APROBACIÓN 31/03/2023	En la revisión anual no se presenta cambios.
RESPONSABLE Laura Cecilia Niño Contreras Jefe de Talento Humano Gelmy Lorena Sánchez Baquero Directora de Gestión Documental	<p>Se ajusta tamaño del logo Icontec, tipología y color en código de certificación.</p> <p>Se ajustan entradas y presentación del control de cambios, según Procedimiento Control de Documentos y Registros.</p>
VERSIÓN	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO
02	
FECHA DE APROBACIÓN 09/11/2023	Se ajustan entradas del control de cambios, según Procedimiento Control de Documentos y Registros.
RESPONSABLE Laura Cecilia Niño Contreras Jefe de Talento Humano Gelmy Lorena Sánchez Baquero Directora de Gestión Documental	<p>Se actualiza imagen de sello IQNET, conforme al cambio que muestra el manual del uso de la marca de conformidad de la certificación ICONTEC para sistemas de gestión.</p>