PLAN DE BIENESTAR LABORAL

ELABORADO POR

Deisy Leany Paternina Amaya
Seguridad y Salud en el trabajo

APROBADO POR

Alberto Antonio García
Representante Legal

Medellín

ASEAR S.A. E.S.P.	**PLAN DE BIENESTAR** **Programa de actividades recreativas, de salud o deportivas**	**Versión 1**

JUSTIFICACIÓN

Los colaboradores que hacen parte de la empresa ASEAR S.A E.S.P. son el pilar y la base del funcionamiento de la empresa, ya que gracias a ellos y al servicio que prestan es que la empresa vive en aquellos lugares donde encontramos personal de ASEAR con toda la disposición y entrega para brindar el mejor de los servicios.

Por lo que, desde la gerencia, el área de gestión humana y seguridad y salud en el trabajo es importante velar y garantizar su bienestar en el lugar de trabajo; ofrecerles a ellos algunos planes de Bienestar es de completa satisfacción ya que ellos merecen cada detalle.

El plan de bienestar busca satisfacer algunas de las necesidades del personal y lograr la realización de su trabajo de manera agradable generando sentido de pertenencia en cada colaborador y aumentando su motivación hacia la empresa y la empresa cliente.

ASEAR S.A. E.S.P.	**PLAN DE BIENESTAR** **Programa de actividades recreativas, de salud o deportivas**	**Versión 1**

OBJETIVO

Brindar a los colaboradores de la empresa ASEAR S.A E.S.P. un plan de bienestar laboral que ayude a incentivar su motivación y sentido de pertenencia por lo que hacen, por lo empresa y por la empresa cliente; así mismo a mejor la calidad de vida de los colaboradores permitiendo espacios de bienestar e integración.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

• Entregar para su implementación un Plan de Bienestar para los colaboradores de la empresa ASEAR. S.A E.S.P.

• Desarrollar las actividades del Plan en un buen término, de manera coordinada, organizada y en diálogos con los clientes.

• Cumplir con el Plan de Bienestar como parte del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el trabajo.

ALCANCE

Aplica para todas las personas que hacen parte de la empresa **ASEAR S.A E.S.P.** y que prestan sus servicios en los centros de trabajo con los cuales la Empresa tiene establecido un contrato.

Programa de actividades recreativas, de salud o deportivas

La empresa ASEAR S.A E.S.P. tiene como aliado al Grupo BALBOA quien a su vez tiene varios convenios con proveedores diferentes a las cajas de compensación y EPS para llevar a cabo en los centros de trabajo actividades de salud o recreativas o deportivas.

Metodología:

El presente PLAN DE BIENESTAR este articulado con el SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO con el fin de unir los recursos y coordinar las actividades en los diferentes centros de trabajo.

Por lo anterior dentro del Plan de Trabajo Anual del SG SST se incluyó una programación para llevar a cabo estas actividades durante el año.

Para los meses de mayo y noviembre de cada año se llevará a cabo en todos los centros de trabajo el desarrollo de las actividades del presente Plan de Bienestar.

La coordinación de las actividades se realizará con el supervisor y/o coordinador de cada contrato para planear el día de cada mes, el ingreso de los proveedores y definir el horario.

Actividades a realizar:

- ✓ Charlas de capacitación en hábitos de vida saludables.
- ✓ Charlas de capacitación en salud mental

- ✓ Jornadas de salud como: Tamizaje de riesgo cardiovascular, tamizaje de seno para prevención de cáncer de mama, tamizaje visual, salud oral, tamizaje de próstata, tamizaje osteomuscular entre otros
- ✓ Brigada de salud y control nutricional.
- ✓ Rumbo terapia: incrementar la actividad física por medio de diversos ritmos, que actúen como herramienta cognitiva y que favorezca el trabajo cardiovascular
- ✓ Alimentación saludable
- ✓ Actividades de trabajo en equipo que facilitan el cumplimiento de objetivos, incrementa la motivación y la creatividad y favorece las habilidades sociales de cada uno.
- ✓ Taller de automasajes y relajación

Es de aclarar que las actividades antes mencionadas son flexibles en el sentido de que se podrán adicionar otras que estén dentro del alcance de: Actividades de salud o recreativas o deportivas.

CONTROL DE CAMBIOS

Fecha	Detalle	Versión
29-Oct-2024	Creación del documento	1

PARTICIPACION

Elaboro:	Aprobó:
Deisy Leany Paternina Amaya **Coordinadora SST**	**Alberto Antonio García** **Representante Legal**