

PLAN DE BIENESTAR

ASOCIACIÓN CANAL LOCAL DE TELEVISIÓN DE MEDELLÍN

TELEMEDELLÍN

2.022

1. INTRODUCCIÓN

El Canal Local de Televisión de Medellín, TELEMEDELLÍN, es una asociación entre entidades públicas del orden municipal tales como: Alcaldía de Medellín, Área Metropolitana, INDER, EMVARIAS, ITM. Creado el 13 de agosto de 1996, su señal salió al aire desde el 7 de diciembre de 1997; Telemedellín fue el primer canal local sin ánimo de lucro de Colombia.

Para el Equipo Directivo del Canal, es prioritario propender por un lugar donde las personas trabajen en un entorno feliz y logren sus sueños personales mientras cumplen con su labor. Luego de dos años de pandemia, nos hemos propuesto acompañar a todos nuestros funcionarios en actividades diversas que incluyen unión, formación y bienestar, disfrutando de la nueva normalidad y claro, manteniendo todos los protocolos de bioseguridad.

La Jefatura de Gestión Humana, presenta una oferta amplia y suficiente de forma que todos los integrantes (Planta, Temporal y Prestación de servicios) puedan participar de las actividades que conforman el presente Plan.

Mediante un uso apropiado de los recursos y apalancados por nuestros aliados estratégicos, trabajaremos en generar crecimiento en las personas que prestan sus servicios al Sistema de comunicaciones de Telemedellín

2. OBJETIVO GENERAL

El Plan Anual de Bienestar de Telemedellín tiene como objetivo principal mejorar el nivel de felicidad y la calidad de vida de las personas, propiciando un justo balance entre la vida personal y familiar a través de actividades experimentales y de formación.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Presentar estilos de vida saludables, al alcance de todas las personas.

- Realizar encuentros deportivos variados y acordes con los protocolos de bioseguridad.
- Dar cumplimiento a la ley 1811 para incentivar el uso de la bicicleta para el desplazamiento desde y hacia el canal.
- Incentivar el uso de los espacios que ofrece el canal.
- Concientizar al personal de la importancia de hábitos saludables como parte de la rutina diaria en el entorno laboral y personal
- Presentar oferta de formación financiera y habilidades blandas
- Capacitar en temas amigables con el ambiente

4. ALCANCE

El plan anual de Bienestar se diseñó para que todas las personas de planta en Telemedellín tengan acceso a todos los beneficios y actividades. Se velará por que las personas que prestan servicios a Telemedellín en diferentes modalidades de contratación, cuenten con una oferta similar, por parte de su empleador.

5. GENERALIDADES:

5.1. Misión:

Generar valor para transformar comportamientos en nuestros usuarios, contando historias inspiradoras, diversas e incluyentes para la gente, mediante contenidos colaborativos y ágiles para multiplataformas.

5.2. Visión:

En 2025 seremos el medio de comunicación preferido por los habitantes del Valle de Aburrá, en televisión y otras plataformas

6. OFERTA DE BIENESTAR

CATEGORÍA	ESTRATEGIA	PERIODICIDAD	CANTIDAD ACTIVIDADES 2.021	OBSERVACIONES
ESTILO DE VIDA SALUDABLE: Un estilo de vida saludable busca motivar a los colaboradores de Telemedellín para incorporar en su vida diaria alimentación saludable, promoción de actividad física y cuidado de la salud mental para el mejoramiento de la calidad de vida	Alimentación saludable: Miércoles saludables para compartir recetas, tips de conservación de alimentos, snacks que aporten energía, alimenten y ayuden a mantener una dieta balanceada.	Semanal	48	
	Torneo de Tenis de mesa: En el cuarto piso del bloque B, tenemos una mesa disponible. En abril vamos a realizar el torneo del canal.	Anual	1	Gestionaremos permiso para los tres primeros lugares
	Gimnasio Telemedellín: Realizaremos la promoción del uso del Gimnasio y cada funcionario podrá traer una persona día para compartir un momento de actividad	Semestral	2	Pendiente las indicaciones de ARL para no tener inconvenientes.
	En Bici al canal: Telemedellín está comprometida en desarrollar estrategias internas orientadas a la movilidad sostenible y amigable con el medio ambiente. Ley 1831	Anual	1	Por cada 30 días comprobadas a través de una planilla, el colaborador puede reclamar medio día. En febrero traeremos a Encicla para la promoción y habilitación de los empleados.
	Jornadas saludables: salud visual, promoción de salud oral	Anual	2	
	Donación de sangre	Cada 4 meses	3	
	Tamizaje de Seno	Anual	1	
	Pausas Activas	Quincenal	22	Comenzamos 29/01/2021
Beneficios por ser parte del equipo de Telemedellín	Dar a conocer los beneficios que tiene todo el equipo colaborador por ser parte del Canal	Semestral	2	Parqueadero, parque, zonas de comidas, interactuar con la naturaleza, aire puro, microondas, transporte y alimentación cuando la operación lo requiere



CATEGORÍA	ESTRATEGIA	PERIODICIDAD	CANTIDAD ACTIVIDADES 2.021	OBSERVACIONES
SALUD MENTAL: La situación actual, la incertidumbre producida por el covid-19, se reflejan en aumentos en el ausentismo, productividad reducida, lesiones, enfermedades, quejas del personal.	Capacitaciones en temas como: Salud mental laboral, manejo de conflictos, manejo de tensiones y estrés, comunicación asertiva, equipos efectivos, Inteligencia emocional	Mensual	10	
	Actividad de relajación	Semestral	2	
	Clase de Yoga	Trimestral	4	
	Día de la familia: Jornada familiar semestral para que los trabajadores pudieran cumplir con sus deberes familiares y pasar tiempo con sus familias conforme a la Ley 1857 de 2017	Semestral	2	
Momentos Telemedellín	Café con la Gerente: Un espacio para interactuar y acercar los equipos a la Gerencia.	Bimensual	6	
	Medición de clima: Realizaremos dos encuestas para evaluar el nivel de satisfacción de los equipos hacia el canal	Semestral	2	
Esparcimiento familiar	Se buscarán actos administrativos que nos ofrezcan algún beneficio en alguno de los sitios que hacen parte del conglomerado: Parque Norte, Parque Arvi, Parque Explora.	Semestral	2	Publicación de los acuerdos. Tomarlos es discrecional de cada funcionario
Celebraciones	Día de la secretaria, de la mujer, del hombre, del niño, madre y padre, abuelitos, amor y amistad, halloween, cumpleaños canal, novena,	Temporada	10	
Reconocimiento	Sembrar en los directivos el reconocimiento hacia el trabajo excepcional. Vamos a realizar un video con los líderes reconociendo la labor de alguien del equipo.	Bimensual	6	
Formación	Biblioteca responsable: Vamos a fomentar el préstamo de libros entre colaboradores. Premiaremos al mejor lector y al que mas libros preste a sus compañeros.	Temporada	1	
	Reciclaje para una mejor vida: Realizaremos la semana del reciclaje con capacitaciones, videos, campaña de comunicaciones	Anual	1	
	Convenio con ITM y Pascual Bravo: Vamos a traer la oferta formativa de las entidades para que los colaboradores que lo deseen puedan ampliar su formación.	Anual	1	

CRONOGRAMA ACTIVIDADES TELEMEDELLÍN

	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO
ACTIVIDADES	Donación sangre	Pausas activas	Actividad relajación	Día de la madre	Día del Padre
	Pausas activas	Miércoles saludables	Pausas activas	Pausas activas	Pausas activas
	Miércoles saludables	Día del hombre y de la mujer	Miércoles saludables	Miércoles saludables	Miércoles saludables
	Semana de la bici	Bolsillo saludable	Oferta formativa	Feria de Madres	Verano en el Gym
	Salud Visual	Actividad relajación	Mes de los niños	Encuesta clima	Salud Oral
	Juntos con la Selección	Torneo tenis de mesa	Inducción Canal	Yoga	Masaje Relajación
		Masaje Relajación	Masaje Relajación	Masaje Relajación	
	Juntos con la Selección				

	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
ACTIVIDADES	Open door Gerencia	Masaje Relajación	Open door Gerencia	Yoga	Open door Gerencia	
	Pausas activas	Pausas activas	Pausas activas	Pausas activas	Pausas activas	Pausas activas
	Miércoles saludables	Miércoles saludables	Miércoles saludables	Miércoles saludables	Miércoles saludables	Miércoles saludables
	Torneo Futsal	Feria de las flores	Encuesta de clima	Feria del libro	Salud femenina	Aniversario Canal
	Masaje Relajación	Feria de las flores	Bingo de amor y amistad	Halloween	Donación sangre	Novenas
			Masaje Relajación	Masaje Relajación	Masaje Relajación	Fin de año