



PLAN DE BIENESTAR

ASOCIACIÓN CANAL LOCAL DE TELEVISIÓN DE MEDELLÍN

TELEMEDELLÍN

2.023

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 seguro para las personas y brinda las herramientas necesarias para cumplirlo.

La Jefatura de Gestión Humana, presenta una oferta amplia y suficiente de forma que todos los grupos de interés, puedan participar de las actividades que conforman el presente Plan.

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

2. OBJETIVO GENERAL

El Plan Anual de Bienestar de Telemedellín tiene como objetivo principal fomentar mediante la capacitación, la buena salud mental y física de nuestros colaboradores. Generar espacios de reflexión y entretenimiento donde las personas se sientan a gusto, apalancará el logro de nuestra meta.

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 de 2016 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 participen de 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

PLAN DE BIENESTAR TELEMEDELLÍN 2023

CATEGORÍA	ESTRATEGIA	PERIODICIDAD	CANTIDAD ACT. 2.022	OBSERVACIONES
ESTILO DE VIDA SALUDABLE: Un estilo de vida saludable busca	Alimentación saludable: tips para una coca saludable, baja en grasa, con ingredientes asequibles.	Mensual	11	Compartiremos por nuestros medios de comunicación interna, los tips y recetas

<p>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</p>	Torneo interno de Tenis de mesa	Anual	1	Todos los empleados pueden participar.
	Gimnasio Telemedellín: Promoción del uso del Gimnasio	Trimestral	4	Acompañados y asesorados por la ARL y la Caja de compensación Comfama y en alianza con el INDER, tendremos jornadas de ejercicio y fomento de la actividad física.
	En Bici al canal: Telemedellín está comprometida en desarrollar estrategias internas orientadas a la movilidad sostenible y amigable con el medio ambiente. Ley 1831	Permanente	1	Por cada 30 días comprobadas a través de una planilla, el colaborador puede reclamar medio día.
	Torneo de Futbol - tenis: Realizaremos torneo interno	Anual	1	Premio Equipo vencedor, valla menos vencida y goleadores masculino y femenino.
	Jornadas saludables: salud visual, promoción de salud oral	Anual	2	
	Donación de sangre	Cuatrimestre	3	
	Tamizaje de Seno	Anual	1	
	Pausas Activas	Quincenal	22	Comenzamos 15/02/2021
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. Descuento en lugares con los que tenemos alianzas y entradas a lugares del Conglomerado.

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	Trimestral	4	
	Charlas TM	Mensual	4	Traeremos expertos en temas diversos, para aprender a manejar las vicisitudes que se presentan.
	Clase de Yoga	Semestral	2	
	Escuchaderos	Semestral	3	Traeremos los escuchaderos que promueve la Alcaldía para que nuestro equipo pueda tener contacto con profesionales.
Momentos Telemedellín	Fifa Play	Agenda	1	Torneo interno
	Medición de clima: Realizaremos la encuesta para evaluar el nivel de satisfacción de los equipos hacia el canal	Anual	1	
	Cumpleaños Canal	Anual	1	Celebraremos junto a nuestro equipo.
Esparcimiento familiar	Se buscarán actos administrativos que nos ofrezcan algún beneficio en alguno de los sitios que hacen parte del conglomerado: Parque Norte, Parque Arví, Parque Explora.	Semestral	2	Publicación de los acuerdos. Tomarlos es discrecional de cada funcionario
Celebraciones	Día de la mujer, del hombre, del niño, madre y padre, abuelitos, amor y amistad, halloween, cumpleaños canal, día del servidor.	Temporada	10	
Formación	Formación en habilidades blandas	Temporada	6	

	Reciclaje para una mejor vida: Realizaremos la semana del reciclaje con capacitaciones, videos, campaña de comunicaciones	Anual	1	
	Convenio con ITM: Diplomado de liderazgo. Curso de excel	Anual	1	

Cronograma de Actividades:

CRONOGRAMA ACTIVIDADES

ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO
Pausas Activas	Pausas Activas	Pausas Activas	Pausas Activas	Pausas Activas	Pausas Activas
Star Bien	Star Bien	Star Bien	Star Bien	Star Bien	Star Bien
Torneo tenis de mesa	GYM TM	Prepensionados TM	Feria de Madres	GYM TM	
Escuchadero	Integración Planeación	Integración jurídica	Día de la madre	Semana de la salud TM	
Integración Relaciones C.	Donación sangre	Voley ball	Integración Administrativa	Día del servidor	
Charlas TM	Día de la mujer	Día del niño	Escuchadero	Jornada de la salud	
	Día del hombre		Charlas TM	Día del padre	
	Día de la felicidad			Taller amas de casa	

JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
Pausas Activas	Pausas Activas	Pausas Activas	Pausas Activas	Pausas Activas	Pausas Activas
Star Bien	Star Bien	Star Bien	Star Bien	Star Bien	Star Bien
Torneo Futsal	Antioqueñidad	GYM TM	Escuchadero	Integración gestión Humana	GYM TM
Día del perro	Día del abuelito	Integración contenidos	Integración Agencia	Feria navideña	Novenas
Feria de vivienda	Integración Producción	Caminata	Halloween	Charlas TM	Cumpleaños TM
Vacaciones recreativas	Charlas TM	Samory Amistad	Open door Gerente		
Integración TI					

Toda la mano 6 *Qui*