

“ESCRIBIENDO UNA NUEVA HISTORIA”



PROGRAMA DE PREPENSIONADOS

VIGENCIA 2025

División de Personal – Sección de Bienestar y Urgencias Médicas



**LA CÁMARA**  
*Se Transforma*

## INDICE

### PROGRAMA ESCRIBIENDO UNA NUEVA HISTORIA – PREPENSIONADOS

#### PRESENTACIÓN

##### Alcance del Programa

#### 1. OBJETIVOS

1.1 Objetivo General

1.2 Objetivos Específicos

#### 2. MARCO LEGAL PREPENSIONADOS

#### 3. MARCO CONCEPTUAL

#### 4. METODOLOGÍA – ETAPAS DEL PROGRAMA

4.1 Definición de la Población

4.2 Identificación de Necesidades

4.2.1 Metodología y Cobertura

4.2.2 Resultados Encuesta de Necesidades

4.3 Responsables del Programa

4.4 Definición de Plan de Acción

#### ANEXOS

Anexos No. 1 informe de Resultados Encuesta de Necesidades del Programa de Prepensionados 2024

#### CRONOGRAMA

## **PRESENTACIÓN**

La Honorable Cámara de Representantes, a través de la División de Personal diseña el programa para prepensionados, denominado “Escribiendo una Nueva Historia” el cual está enfocado a los servidores públicos que se encuentra en la última fase del ciclo de vida laboral; es decir se encuentra próximos a cumplir los requisitos establecidos por la normatividad de Colombia para adquirir el derecho a la pensión.

Este programa tiene el propósito de preparar a los servidores para afrontar los diferentes cambios que surgen a raíz del retiro laboral, teniendo en cuenta la dimensión física, psicológica, social, familiar y económica a través de la promoción de actividades que permitan el fortalecimiento de su proyecto de vida y de diferentes herramientas que pretenden facilitar la reconciliación con los logros y fracasos y especialmente aportar en la proyección de una nueva etapa productiva en los ámbitos de la vida cotidiana de quienes logran llegar a la etapa de pensión.

Por lo anterior es de gran importancia que el individuo establezca estrategias eficaces de afrontamiento para lidiar con los cambios físicos, psicológicos, familiares, sociales y laborales, ya que la forma en que los afronten, orientará la resolución de cada uno de estos, haciéndose necesario fortalecer los recursos de que se disponen, tanto propios como externos.

Como parte de este programa se realiza encuesta de necesidades la cual permite medir la percepción de la población contemplada en el programa, con respecto a sus necesidades individuales con respecto a esta etapa de la vida y desde allí se plantea el plan de acción de cada vigencia.

## **ALCANCE DEL PROGRAMA**

Este programa contempla los funcionarios de la Honorable Cámara de Representantes aptos para pensionarse.

## 1. OBJETIVOS

### 1.1 Objetivo General

Brindar un espacio de preparación para los funcionarios de la Cámara de Representantes que se encuentren cerca de cumplir los requisitos para acceder a la pensión, con el fin de facilitar su adaptación al cambio de estilo de vida. En este espacio se promoverá la creación de un proyecto de vida, la ocupación productiva del tiempo libre, la importancia de mantener una vida activa y saludable, así como explorar alternativas ocupacionales y de inversión. Además, se ofrecerán las directrices legales necesarias para iniciar el proceso de jubilación.

### 1.2 Objetivos Específicos

- Fomentar la reflexión sobre los cambios propios de esta etapa de la vida y los recursos disponibles para adaptarse de manera efectiva a ellos.
- Proporcionar a los adultos participantes herramientas que les permitan mantener el empoderamiento sobre su vida, facilitando la adaptación de sus relaciones familiares y sociales al nuevo ciclo vital.
- Ofrecer espacios para la transferencia de conocimientos y habilidades adquiridas durante su trabajo en la Cámara de Representantes, promoviendo la continuidad y el crecimiento personal.
- Reconocer y valorar las contribuciones individuales de cada trabajador, destacando la importancia de su trabajo dentro de la organización.

## 2. MARCO LEGAL

---

Norma	Título	Descripción
<b>Ley 100 de 1993 - Ley 797 de 2003</b>	Por la cual se crea el sistema de seguridad social integral y se dictan otras disposiciones.  Por la cual se reforman algunas disposiciones del sistema general de pensiones previsto en la Ley 100 de 1993 y se adoptan disposiciones	El empleado que reúna los requisitos determinados para gozar de pensión de retiro por jubilación, por edad o por invalidez, cesará en el ejercicio de funciones en las condiciones y términos establecidos.  Se considera justa causa para dar por terminada la relación legal o reglamentaria del empleado público que cumpla con los requisitos

	sobre los Regímenes Pensionales exceptuados y especiales.	establecidos para tener derecho a la pensión.
<b>Ley 1821 de 2016</b> <b>DECRETO 321 DE 2017</b>	Por medio de la cual se modifica la edad máxima para el retiro forzoso de las personas que desempeñan funciones públicas. Se corrigen art. 1 y 4 de la Ley 1821 de 2016	Quienes hayan cumplido los requisitos para acceder a la pensión de jubilación y que voluntariamente manifiesten su decisión de permanecer en sus cargos hasta que cumplan la edad de retiro forzoso.
<b>Ley 909 de 2004</b>	Por la cual se expiden normas que regulan el empleo público, la carrera administrativa, gerencia pública y se dictan otras disposiciones	Causales de retiro del empleado público. Artículo 41.
<b>Decreto 1083 de 2015</b>	Por medio del cual se expide el Decreto Único Reglamentario del Sector de Función Pública	Se refiere al retiro del servicio de los empleados que reúnan los requisitos determinados para gozar de pensión de retiro por jubilación, por edad o por invalidez.

### 3. MARCO CONCEPTUAL

En Colombia, los programas para prepensionados han cobrado relevancia en los últimos años debido a la importancia de una transición exitosa hacia la jubilación, un proceso que implica significativos cambios personales, laborales y sociales. Estos programas están diseñados para ofrecer acompañamiento y herramientas a los trabajadores cercanos a cumplir los requisitos.

La transición a la pensión no solo involucra aspectos financieros, sino también un proceso de adaptación emocional y social. Según estudios sobre el envejecimiento activo, las personas que se preparan adecuadamente para la jubilación experimentan una mejor calidad de vida, ya que gestionan de manera más efectiva el cambio de rol social y laboral, promoviendo su bienestar integral (Aguirre et al., 2018) . En este sentido, los programas de prepensionados buscan generar un espacio de reflexión y desarrollo personal, fortaleciendo habilidades para la gestión del tiempo libre, la salud, la recreación, y el empoderamiento de los participantes en la toma de decisiones sobre su

Estos programas suelen incluir componentes educativos, psicológicos y legales, que permiten a los participantes planificar su vida post-jubilación con una visión integral, abriendo oportunidades para nuevas ocupaciones, proyectos de vida y gestión del patrimonio. En este contexto, el Estado y diversas entidades del sector público y privado en

Colombia han implementado políticas y talleres enfocados en estos aspectos, para garantizar una transición laboral y emocional más armónica hacia la pensión.

Los conceptos que se asocian al programa de prepensionados son las siguientes:

- **Pensión:** Es una prestación económica que reciben mensualmente los trabajadores, dependientes o independientes, en el momento de su retiro laboral con base en los aportes que hicieron a un fondo de Pensión Obligatoria durante su vida laboral.
- **Retiro por pensión:** El empleado que reúna los requisitos determinados para gozar de pensión de retiro por jubilación, por edad o por invalidez.
- **Edad de retiro forzoso:** El empleador podrá dar por terminado la relación legal o reglamentaria, cuando sea reconocida o notificada la pensión por parte de las administradoras del sistema general de pensiones, siempre y cuando además de la notificación del reconocimiento de la pensión, se le notifique debidamente su inclusión en la nómina de pensionados correspondiente. A partir de la entrada en vigencia de la Ley 1821 de 2016, la edad de setenta (70) años constituye impedimento para desempeñar cargos públicos.
- **Prepensionados:** Servidor público con edad y tiempo de servicio o en cumplimiento de estos para adquirir su pensión de vejez, invalidez o sobreviviente.
- **Talleres lúdicos:** son actividades recreo- formativo dirigido a todos los grupos poblacionales con dos objetivos, uno técnico para desarrollar, fortalecer y mejorar habilidades de conocimiento formal y otro pedagógico para formar en habilidades blandas.
- **Talleres vivenciales:** Encuentros que facilitan el conocimiento de nuestro mundo interno para intentar solucionar dificultades emocionales o ampliar el conocimiento personal.
- **Calidad de Vida:** conjunto de condiciones que contribuyen al bienestar de los individuos y a la realización de sus potencialidades en la vida social. La calidad de vida comprende factores tanto subjetivos como objetivos. Entre los factores subjetivos se encuentra la percepción de cada individuo de su bienestar a nivel físico, psicológico y social. En los factores objetivos, por su parte, estarían el bienestar material, la salud y una relación armoniosa con el ambiente físico y la comunidad.

#### 4. METODOLOGÍA – ETAPAS DEL PROGRAMA

##### 4.1 Definición de la población

Funcionarios de la Cámara de Representantes de la República, aptos para pensionarse. Una vez revisadas las bases de los funcionarios de la Cámara de Representantes para el año 2024, se ha encontrado que 113 personas cuentan con la edad para activar su plan pensional, de las cuales en su mayoría se acogieron a la edad de retiro forzoso. Esta población varía de acuerdo al retiro de los funcionarios que hacen uso de su jubilación.

##### 4.2 Definición de Necesidades

Con el propósito de identificar necesidades asociadas a las condiciones de esta etapa de la vida, se realizó una encuesta de necesidades con la población de prepensionados, obteniendo los resultados que se describen en el anexo 1 de este documento y se resumen en el siguiente apartado; los cuales darán la línea para el planteamiento del plan de acción de la vigencia 2025, junto con las acciones objeto de este programa.

#### 4.2.1 Resultados Encuesta de Necesidades

Los resultados en detalle pueden verse en el anexo No. 1. Informe de Encuesta Necesidades Prepensionados. Las principales conclusiones son:

- La mayor parte de los participantes en la encuesta pertenecen al área administrativa.
- Las actividades que principalmente quisieran encontrar en el programa de prepensionados son las que se relacionan con la recreación y la cultura.
- La actividad lúdica que más llama la atención es la de gastronomía
- El tema que les gustaría recibir en su fortalecimiento de oficios y habilidades técnicas, es el de tecnologías para la recreación y el tiempo libre.
- En cuanto a las habilidades blandas, les gustaría principalmente conocer acerca de hábitos de vida saludables

#### 4.3 Responsables del Programa

La implementación, actualización y seguimiento del Programa de Prepensionados – “Escribiendo Una Nueva Historia”, será dirigida y liderada por la División de Personal – Sección de Bienestar Social y Urgencias Médicas de la Cámara de Representantes, no obstante, se puede contar con apoyo de instituciones externas que enriquezcan el proceso de las personas objeto del mismo.

#### 5. Definición de Plan de Acción

Para un programa de prepensionados, se plantean actividades que ayuden a los participantes a adaptarse a los cambios que conlleva el ciclo de vida en el cual se encuentran, tanto en el ámbito personal, laboral, emocional como social.

### Programa “Escribiendo Una Nueva Historia”

NECESIDADES IDENTIFICADAS	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
<b>Actividades Lúdicas</b>	Son actividades cuyo propósito es fomentar el aprendizaje, la creatividad y el desarrollo personal de una manera relajada y entretenida.	Se adelantarán las siguientes actividades a lo largo de año, así: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salida de integración a sitio turístico o cultural de la ciudad</li> <li>2. Tarde de juegos y competencias</li> <li>3. Caminata ecológica</li> <li>4. Taller gastronómico</li> </ol>
<b>Habilidades Técnicas</b>	El propósito de las actividades planteadas es capacitar a las personas con las	Se programará espacio de formación en el temas de:

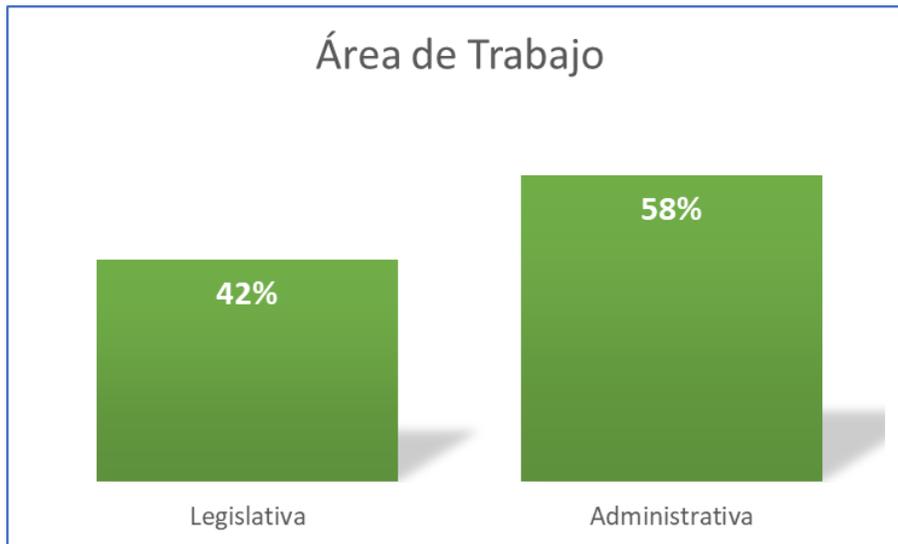
	competencias necesarias para sobresalir en su profesión, incrementar sus oportunidades laborales y aportar valor a su proceso de adaptación derivado de su etapa laboral.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plataformas digitales para la recreación y el tiempo libre</li> <li>- Inteligencia financiera</li> </ul>
<b>Habilidades blandas</b>	Convivencia <b>“Redescubriendo Juntos: – Encuentro y Convivencia”</b>	Convivencia anual, en donde se realizarán talleres desde la educación experiencial con los siguientes ejes temáticos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bienestar Emocional y Salud Mental</li> <li>- Ejercicio de manualidades</li> </ul>
	Talleres de fortalecimiento de habilidades blandas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jornada de Hábitos de vida Saludable</li> <li>- Taller de inteligencia emocional</li> </ul>
	Encuentro de reconocimiento <b>“Resaltando Nuestra Historia”</b>	Actividad de integración y reconocimiento a los funcionarios del programa.
	<b>“Compartiendo mi Historia”</b>	Actividad dirigida a realizar transferencias de conocimiento como arte del proceso de reinducción – micro videos
<b>Evaluación e Identificación de Necesidades</b>	Al finalizar la vigencia se aplica Formato de Evaluación de las Actividades y la Encuesta de Necesidades.	Formatos de Evaluación de las actividades Formato de Encuesta

## ANEXOS

### Anexo No. 1 Informe de Resultados Encuesta de Necesidades Programa de Prepensionados

#### IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES PROGRAMA "ESCRIBIENDO UNA NUEVA HISTORIA" PROGRAMA DE PREPENSIONADOS

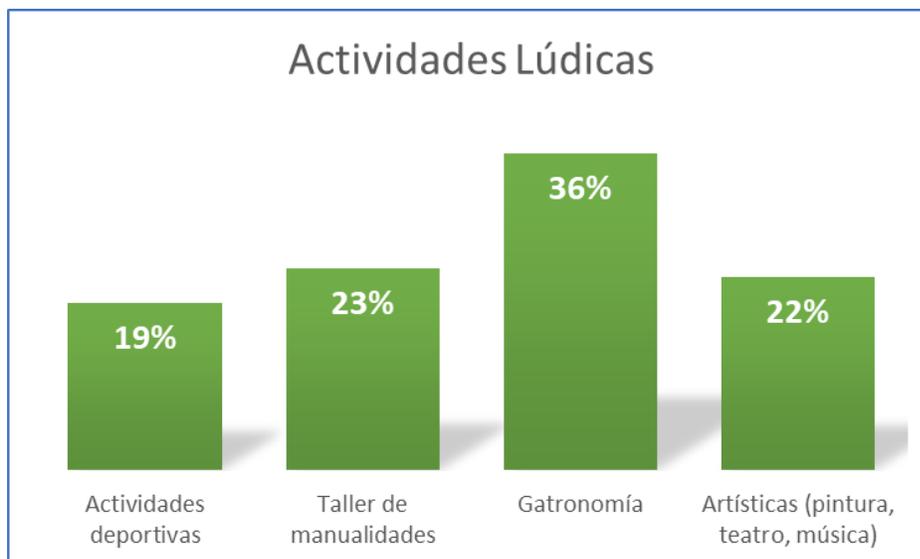
En esta vigencia la encuesta de necesidades para el programa de Prepensionados, se realiza en conjunto con la encuesta de necesidades de los programas relacionados con el Desarrollo Humano de la Entidad, de la cual se obtuvieron los siguientes resultados:



#### 1. IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES



De las actividades propuestas a través de la encuesta, la que mayormente les gustaría hiciera parte del Programa de Pre pensionados son las actividades relacionadas con la recreación y la cultura, seguida de la formación de oficios y habilidades técnicas..



En cuanto a las actividades lúdicas que prefieren, con el 36% prefieren las actividades de gastronomía, seguidas de las manualidades con el 23%.



Las plataformas digitales para la recreación y el tiempo libre, son el tema que les gustaría recibir en su fortalecimiento de oficios y habilidades técnicas, así mismo la inteligencia financiera es el siguiente tema que les gustaría recibir.



En cuanto a las habilidades blandas, les gustaría principalmente conocer acerca de hábitos de vida saludables, con el 58%, el siguiente tema de su gusto es el de inteligencia emocional.