ANEXO TÉCNICO

Prestación de servicios para realizar la intervención del clima laboral de la Dirección General del SENA y sus sedes.

I. REQUISITOS MÍNIMOS TÉCNICOS

Para la implementación y ejecución del proyecto de intervención del clima laboral, el proveedor deberá desarrollar las actividades a contratar basado en el resultado y recomendaciones obtenidas en la medición del clima laboral año 2024. El presente anexo técnico contiene 3 estrategias, las cuales están compuestas por una serie de actividades relacionadas.

I. DEFINICIÓN DE LAS METODOLOGÍAS A UTILIZAR

Plan de acción: Herramienta de planificación empleada para la gestión y control de tareas o proyectos, hoja de ruta que establece la manera en que se organizará, orientará e implementará el conjunto de tareas necesarias para la consecución de objetivos y metas.

Taller: Un taller pedagógico es una reunión de trabajo donde se unen los participantes en pequeños grupos o equipos para hacer aprendizajes prácticos según los objetivos que se proponen y el tipo de asignatura que los organice. Puede desarrollarse en un local, pero también al aire libre. Gloria Mirebant Perozo (2003). No se concibe un taller donde no se realicen actividades prácticas, manuales o intelectuales. El taller tiene como objetivo la demostración práctica de las leyes, las ideas, las teorías, las características y los principios que se estudian, la solución de las tareas con contenido productivo. Por eso el taller pedagógico resulta una vía idónea para formar, desarrollar y perfeccionar hábitos, habilidades y capacidades que permiten operar con el conocimiento y al transformar el objeto, cambiarse a sí mismo.

II. CONCIENCIA PLENA (MINDFULNESS)

La atención o conciencia plena (mindfulness) es una forma de meditación que consiste en prestar atención al momento presente, de forma deliberada y sin juzgar (Jon Kabat-Zinn, Universidad de Massachusetts). El concepto de mindfulness ha transcendido sus orígenes espirituales y lo practican cada vez más personas, se fomenta activamente dentro de todo tipo de organizaciones, desde empresas a centros educativos, y está recomendado en muchos sistemas de salud pública como terapia para enfrentarse al estrés, la ansiedad, el dolor o la enfermedad. Para el caso del SENA esta metodología tendrá como fin reducir niveles de estrés, fortalecer el autocontrol y las relaciones interpersonales de los colaboradores

Matriz de actividades y población a impactar Para el desarrollo y entendimiento de las actividades a ejecutar se planteó la siguiente estructura donde podrán visualizar las estrategias, índices de ambiente laboral obtenidos en cada dependencia, número de sesiones, dependencias involucradas y población a intervenir para cada una de las estrategias, cabe precisar que no todas las estrategias aplican para todas las áreas teniendo en cuenta las diferencias en los resultados obtenidos en la medición vigencia 2024, a su vez se proyecta una población de 200 personas, ya que sería una muestra representativa a la cual se podría intervenir, teniendo como base la cobertura de las dependencias (425 trabajadores) que obtuvieron un Índice de Ambiente Laboral por debajo de (84.0).

III. ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES

ESTRATEGIA				
Dependencia a intervenir	**Índice de Ambiente Laboral (84.0)**	**A1 Festival de cuidado emocional**	**A2 Realizar sesiones de mindfullnes por dependencia.**	**A 3 - Formular y entregar plan de trabajo de sostenibilidad clima laboral**
Dirección Administrativa y Financiera	83.2 %	200 Cupos	2 talleres	1 plan de trabajo
Dirección de Formación Profesional	83.2 %		2 talleres	
Dirección de Planeación y Direccionamiento Corporativo	83.0 %		2 talleres	
Dirección Jurídica	83.6 %		2 talleres	
Oficina de Comunicaciones	81.8 %		2 talleres	
Oficina De Sistemas	83.4 %		2 talleres	
Secretaria General	79.9 %		2 talleres	

A continuación, se relacionan las actividades a ejecutar:

ESTRATEGIA 1

Actividad	Cantidad	Población objeto	Lugar	Talento humano mínimo requerido
A1- Estructurar y realizar un (1) taller experiencial denominado "*festival de cuidado emocional*" que contenga como mínimo las siguientes actividades:	1 festival de 8 horas, el cual tendrá la siguiente duración por actividad: -**inmersión en hielo individual:** Hasta 15 minutos de inmersión, Hasta 10 minutos preparación, Hasta 5 minutos terminación (total hasta 30 minutos por persona, jornada de 9: 00 am -1: 00 pm) -**terapia culinaria**: 6 grupos, 16 personas por grupo, con duración de 1 hora por grupo. (3	200 colaboradores pertenecientes a las dependencias de la Dirección General que obtuvieron índice de ambiente laboral menor a 84.0, relacionados en la matriz de actividades y población a impactar o trabajadores interesados en participar, el cual estará distribuido de la siguiente manera:	Instalaciones SENA	-Se deberá contar como mínimo con un instructor de respiración e inmersión en hielo, con experiencia mínima de 2 años después de certificarse con el Método Wim Hof nivel 2.
1. inmersión en hielo (disminución de estrés y manejo emocional)				
2. terapia culinaria: Opción 1: Ensaladas Opción 2: Crepes Opción 3: Sushi				

Actividad	Cantidad	Población objeto	Lugar	Talento humano mínimo requerido
la cual podrá ser elegida por el proveedor, enfocada en liderazgo y compromiso. Nota: la opción elegida deberá garantizar la salubridad y cadena de frio de los alimentos.	grupos jornada mañana y 3 jornada tarde) - **Clase de mindfulness:** 6 grupos, (5 grupos de 15 personas por grupo y un grupo de 14 personas), con duración de 1 hora por grupo (3 grupos jornada mañana y 3 jornada tarde)	• inmersión en hielo (15 cupos) • terapia culinaria (96 cupos) • Clase de mindfulness (89 cupos)		-Un técnico o tecnólogo en gastronomía con experiencia minina de un año en actividades relacionadas con terapias culinarias. -3 auxiliares logísticos para el desarrollo del *"festival de cuidado emocional"* - 1 Psicólogo, certificado como coach enfocado en Inteligencia Emocional que realice la estructuración de la ficha técnica y el acompañamiento en la terapia de inmersión en hielo, la terapia culinaria y clase mindfullnes Con mínimo 4 años de experiencia. -Un profesional en psicología con certificado de diplomado o curso en mindfullness, con mínimo 3 años de experiencia.
3. Clase de mindfulness				
Nota: El proveedor entregará al SENA la ficha técnica respectiva y el seguimiento a la participación de los colaboradores. El proveedor construirá la ficha técnica conforme al análisis de los resultados dados por el SENA de la medición de clima laboral año 2024 y las actividades a ejecutar dentro del taller experiencial.				

Actividad	Cantidad	Población objeto	Lugar	Talento humano mínimo requerido
El proveedor deberá garantizar la totalidad de recursos necesarios para ejecutar la actividad, entre ellos, carpas cerradas, tinas adecuadas para la inserción el hielo, profesional capacitado en la temática, toallas, elementos de cocina, productos, colchonetas, entre otros.				
El proveedor deberá realizar un informe al finalizar la ejecución de la totalidad del taller experiencial, el cual deberá contener la evaluación de las actividades realizadas, enfocadas en la satisfacción y conocimientos adquiridos. **El proveedor deberá pasar la propuesta de los profesionales que realizarán la terapia de inmersión en hielo, mindfullnes y terapia culinaria (quien realice dichas actividades deberá tener experiencia técnica en el tema y se deberá contar con la totalidad de instrumentos y productos los cuales tendrán que ser socializados al SENA para su aval.** Los cupos de las actividades del taller experiencial se darán teniendo en cuenta la inscripción previa a las actividades, por lo cual el proveedor deberá crear un link de inscripción, que se enviará a la población de la entidad. En cuanto la actividad específica de inmersión en hielo se debe tener en cuenta las siguientes consideraciones: A. Comunicar los riesgos y contraindicaciones de la terapia por inmersión a los trabajadores durante el proceso de inscripción y al momento de realizar la sesión, esto con el fin de filtrar a la población con condiciones de salud que pueden tener complicaciones asociadas (para la actividad el proveedor tendrá en cuenta las consideraciones dadas por el profesional de medicina especialista en seguridad y salud en el trabajo del Sena, por lo anterior deberá entregar el listado de inscritos a este para su concepto) Población con contraindicaciones y se considera un riesgo aumentado de complicaciones para la siguiente población: (el proveedor debe incluir este apartado en la inscripción de la inmersión el hielo) 1. Población adulta mayor, en Colombia se considera población adulto mayor a partir de 60 o más años. 2. Población con patologías dermatológicas, heridas o lesiones cutáneas. 3. Población con patologías crónicas no transmisibles (Hipertensión arterial, Diabetes Mellitus, enfermedad coronaria, arritmia cardiaca y alteraciones de tipo vascular) 4. Población con patologías autoinmunes. 5. Población con patologías osteomusculares. 6. Población con patologías respiratorias agudas o crónicas. 7. Población con antecedentes de Epilepsia. 8. Población en estado de gestación. B. Previo a iniciar la terapia con los trabajadores que no fueron exceptuados de la prueba en el filtro anterior deberán firmar el consentimiento informado en donde se indique que				

Actividad	Cantidad	Población objeto	Lugar	Talento humano mínimo requerido
el trabajador declara que no cursa con ninguna de las anteriores alteraciones de salud, conoce los riesgos y está de acuerdo con la realización de la terapia. C. Si el(la) trabajador(a) no diligencia ni firma el consentimiento informado no se realizará la terapia. D. Se sugiere que el consentimiento informado sea aportado por la entidad/proveedor que realiza la actividad y que también incluya la firma del profesional que informó nuevamente los riesgos y contraindicaciones previo a la realización de la terapia.				

ESTRATEGIA 2

Actividad	Cantidad	Población objeto	Lugar	Talento humano mínimo requerido
A2 Realizar sesiones de mindfulness por dependencia.	-14 sesiones - grupos de máximo 15 personas por sesión -1 hora por sesión	200 colaboradores pertenecientes a las dependencias de la Dirección General que obtuvieron índice de ambiente laboral menor a 84.0, relacionados en la matriz de actividades y población a impactar o trabajadores interesados en participar.	Instalaciones SENA	-Un profesional en psicología con certificado de diplomado o curso en mindfullness, con mínimo 3 años de experiencia.
Nota: El proveedor entregará al SENA la ficha técnica respectiva y el seguimiento a la participación de los colaboradores. El proveedor construirá la ficha técnica conforme al análisis de los resultados **de cada una de las dependencias a intervenir.**				
El proveedor deberá garantizar la totalidad de recursos necesarios para ejecutar la actividad, colchonetas apropiadas, entre otros. Instrumentos que deberán ser avalados previamente por la entidad. La actividad se realizará previa inscripción, razón por la cual el proveedor deberá crear el link para remitir la invitación a la actividad.				
El proveedor deberá realizar un informe al finalizar la ejecución de las 14 sesiones, el cual deberá contener la evaluación de las actividades realizadas, enfocadas en la satisfacción y conocimientos adquiridos.				

ESTRATEGIA 3

Actividad	Cantidad	Población objeto	Lugar	Talento humano mínimo requerido
A3- Formular y entregar plan de trabajo de sostenibilidad del clima laboral para la Dirección General, el cual deberá contener la siguiente estructura: -Actividad fichas técnicas por actividad que contendrá: -Objetivo -Alcance -Recursos técnicos y humanos -brecha para mejorar -Población a impactar -Recomendaciones -indicadores	1 Plan de trabajo	La totalidad de población de la dirección general del SENA.	No aplica	Un Psicólogo, certificado como coach enfocado en Inteligencia Emocional, con Experiencia mínima de 3 años en cargos asociados a diseño y/o ejecución de actividades de Clima Laboral (**deberá ser el mismo que acompañe las actividades del festival de cuidado emocional)**
Nota: Con base en las intervenciones realizadas, el proveedor deberá entregar un plan de trabajo de sostenibilidad del clima laboral para ser ejecutado por el SENA en la vigencia 2026 en la Dirección General. El objetivo de estos planes será afianzar las actividades de intervención de la vigencia 2025 y dar línea para la continuidad de las acciones de mejoramiento en torno al cierre de brechas del clima laboral.				

PRODUCTOS

Estrategias	Productos
Estrategia 1 A1	Taller experiencial, con evidencias de ejecución
	Informe general que contenga el resultado del taller.
Estrategia 2 A2	14 sesiones de mindfulness por las dependencias relacionadas en la matriz de actividades y población a impactar.
	informe al finalizar la ejecución de las 14 sesiones
Estrategia 3 A3	Plan de trabajo de sostenibilidad del clima laboral para la Dirección General.

Infraestructura y Organización Logística

- Para el desarrollo de las actividades el contratista deberá coordinar y realizar todos los asuntos que impliquen logística (convocatoria, materiales y ayudas educativas necesarias).

- Una vez suscrita el acta de inicio el proveedor deberá concertar con el supervisor del contrato un cronograma de actividades, el cual será aprobado y como mínimo deberá contener (actividad, fecha, hora, nombre de la persona que facilitará la actividad). Aprobado dicho cronograma se iniciará la ejecución de las actividades.

Nota: El proveedor garantizará la cobertura y calidad de ejecución de las actividades programadas. Para lo cual deberá contar con un equipo técnico especializado, el cual estará incluido en valor total de la propuesta. En todos los casos, los perfiles deben ser previamente avalados por el equipo del SENA.

En el evento que el contratista considere necesario el desplazamiento de su equipo de trabajo para el desarrollo de cualquiera de las actividades anteriormente descritas, estas no generaran ningún costo adicional dentro del valor del contrato.

Las hojas de vida del recurso humano deberán ser aportadas dentro de los tres días siguientes a la suscripción del contrato, esto con el fin de comprobar su idoneidad por parte de la supervisión.

Delka Patricia Ortiz Cortázar
Coordinadora Grupo SST
Secretaria General

Elaboró. Eliana Jineth Herrera Mateus – Dinamizadora Grupo SST