Nota: (Diligenciar los cuadros con la información del contrato y acta de inicio)

Informe de Supervisión No:	2
Contrato No:	2025001799

1. ASPECTOS GENERALES DEL CONTRATO

Contratista:	CAJA DE COMPENSACION FAMILIAR CAJACOPI ATLANTICO		
Identificación:	890.102.044-1		
Tipo de Contrato:	PRESTACION DE SERVICIOS		
Nombre del Supervisor:	*IVETTE ELENA CEBALLOS IBAÑEZ*		
Objeto del Contrato:	*PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION PARA EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS DENTRO DEL PROGRAMA DE BIENESTAR SOCIAL E INCENTIVOS DEL SISTEMA DE ESTIMULOS, QUE INCLUYEN ACTIVIDADES DE RECREACION CULTURA Y DEPORTE PARA LOS SERVIDORES PUBLICOS DE LA GOBERNACION DEL DEPARTAMENTO DEL ATLANTICO.*		
Plazo de Ejecución:	El plazo para la ejecución del contrato será hasta el 31 de diciembre de 2025, contados a partir de la suscripción del acta de inicio previo cumplimiento de los requisitos de perfeccionamiento y ejecución.		
Numero de Certificación de Disponibilidad Presupuestal (C.D.P)	**202500738**	**Fecha de C.D.P.**	2025 / 02 / 24
Número de Registro Presupuestal (R.P.)	**202503888**	**Fecha del R.P.**	2025 /06 /13
Valor del Contrato	**Contrato Inicial** $ 1.148.000.000 **Adición 1** $ 270.000.000 **Adición 2** $ **Total** $ 1.418.000.000		

Fecha de inicio del contrato	Fecha de terminación del contrato	Fecha de Suspensión del contrato	Fecha de reinicio
24/06/2025	31/12/2025		

1.1 MODIFICACIONES DEL CONTRATO
(**Relacionar Adiciones y/u Otro sí, Si aplica)**

DOCUMENTO	FECHA SUSCRIPCION AAA/MM/DD	PRÓRROGA DEL PLAZO (meses y/o días)	ADICIÓN VALOR ($)	OBSERVACIÓN
202501799	2025/08/12		270.000.000	

2. GARANTIAS CONSTITUIDAS POR EL CONTRATISTA (según se establezcan en el Contrato)

Nota: Aplica solo para Informes de supervisión de Bienes y suministros.

Aseguradora	No de Póliza	Actualización de Póliza (En caso que aplique)	Amparos	Vigencia	
				Desde (yyyy-mm-dd)	Hasta (yyyy-mm-dd)
SEGUROS MUNDIAL	BQ-100103935		Calidad del servicio	2025-06-13	2026-04-30
			Cumplimiento	2025-06-13	2026-04-30

			Anticipo		
			Pago anticipado	2025-06-13	2026-04-30
			Calidad y correcto funcionamiento de los bienes y equipos suministrados		
			Salarios y prestaciones	2025-06-13	2028-12-31
SEGUROS MUNDIAL	BQ-100029277		Responsabilidad Civil Extracontractual	2025-06-13	2025-12-31

3. ESTADO FINANCIERO DEL CONTRATO (*)

DESCRIPCIÓN		VALOR
Valor del Contrato Inicial		**$** 1.148.000.000
Adición No. 1		**$270.000.000**
Adición No. 2		**$**
Adición No. 3		**$**
Valor Total del contrato		**$** 1.418.000.000
Porcentaje del Anticipo	**%**	**$**
Porcentaje del Pago anticipado	**25%**	**$287.000.000**
Valor Amortizado del Anticipo		**$**
Valor Ejecutado del Contrato		$739.400.000
Valor por ejecutar		$ 678.600.000
Valor a pagar en el presente Informe		$ 226.200.000
No. Factura o Cuenta de Cobro		**FAD-653**

4. INFORMACION SOBRE AVANCE DEL CONTRATO

4.1 SERVICIOS Y/O PRODUCTOS RECIBIDOS A SATISFACCIÓN CORRESPONDIENTES AL PERIODO DEL SEGUNDO INFORME – TERCER PAGO.

Las actividades desarrolladas por el contratista en el periodo descrito anteriormente, relacionadas con cada una de las obligaciones específicas establecidas en los estudios previos de la contratación se desagregan a continuación y así mismo se detallan las evidencias o soportes, con lo cual se verifica el cumplimiento a satisfacción de la obligación establecida:

Detalle de las Actividades Realizadas
PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION PARA DESARROLLAR LOS PROGRAMAS Y ACTIVIDADES DEL PLAN DEL BIENESTAR SOCIAL PARA LOS SERVIDORES PUBLICOS DE LA GOBERNACION DEL ATLANTICO VIGENCIA 2025. Nos permitimos remitir informe de las actividades desarrolladas en el marco del contrato de prestación de servicios de apoyo a la gestión No. 202501799, a continuación relacionamos actividades desarrolladas en el marco de protección y servicios sociales: **VACACIONES DE RECESO** Durante la semana de receso se llevaron a cabo actividades recreativas dirigidas a niños y adolescentes, con la participación entre los **5 y 15 años**. Los **adolescentes** disfrutaron de una jornada donde pudieron aprovechar las diferentes atracciones y compartir momentos de integración en un ambiente familiar. Por su parte, los **niños más pequeños** disfrutaron de atracciones acorde a su edad; a su vez disfrutaron de **manualidades, juegos y espacios de recreación**, fomentando la **diversión, el**

esparcimiento y la interacción con sus compañeros. **esparcimiento y la interacción** con sus compañeros.


























Día del Pinto

PROGRAMA DE SALUD MENTAL Y PREPENSIONADO






Jorge Baena
Coach/Artista
Objetivos
Identificar situaciones personales, emocionales, familiares y laborales.
Practicar estrategias sencillas para gestionar el estés de manera saludable.
Fortalecer la conciencia sobre la importancia del autocuidado y la salud mental.


Creo
En mi salud
mental
Identificación
y Gestión del Estrés
Con Jorge Baena
Jorge Baena
@jorgebaenaoficial

Dinámica de apertura.

La importancia de reconocer la autorresponsabilidad de la propia gestión del estrés y la madurez que debemos adquirir en cada procesos laboral para identificar y cuidar nuestra salud mental.

1- Identifica tus miedos y atrévete a despertar tu mensaje.

2- Reconoce tus talentos y ponlos al servicio de los demás.

3- Acciona el propósito de Dios en ti y vive una vida auténtica.










Creo
En mi salud
mental
Pintar para
Sanar.
By: Orietta Polifroni.
@jorgebaenaoficial

Taller "Pintar para Sanar"

Podrás despertar tu ser creativo, aprenderás a romper los miedos que te impiden crear y descubrir cómo tus talentos te ayudan a crear la vida que sueñas, a través de conectar el color con las emociones, sanando y creando durante el proceso.

1- Identifica tus miedos y atrévete a despertar tu mensaje.

2- Reconoce tus talentos y ponlos al servicio de los demás.

3- Acciona el propósito de Dios en ti y vive una vida auténtica.

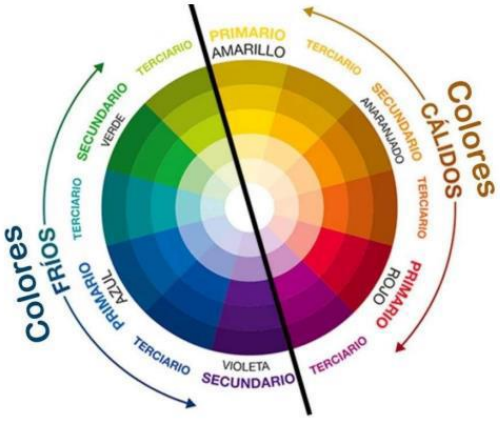
A la Incertidumbre	A la atención	Al cambio	A lo difícil
No sé qué va a pasar	Al qué dirán, a exponerme	Salir de tu zona de confort	A no ser suficiente
Se rompe:	**Se rompe:**	**Se rompe:**	**Se rompe:**
Confio, dejo fluir	Creyendo en tí y tu mensaje	Suelto y rompo creencias	Me atrevo a aprender

Miedo: Cómo identificarlo y romperlo



Vamos a conectar con los colores para accionar el propósito, pintando y creando sin miedos la vida que merecemos y que Dios quiere para ti.

Fríos:
Profundidad, relajación, sosiego, tranquilidad, naturaleza, frescura, ecología



Cálidos:
Emoción, amor, fuerza, pasión, alegría, luz, energía, estimulación, creatividad


Gobernación del Atlántico
Capacitación inspiracional
Creo
En mi salud mental.
Estrategias de autocuidado.
Técnica de manejo del estrés.
Educación sobre la salud mental.















Jorge Baena

Coach/Artista

Objetivos:

- Identificar conflictos y buscar su apoyo para la solución y liderazgo.
- Practicar estrategias sencillas para gestionar el trabajo en equipo.
- Fortalecer la consciencia sobre la de la autorresponsabilidad en el trabajo en equipo.



Jorge Baena

Coach/Artista

Contenido

1. Estrategias de apoyo y trabajo en equipo.
2. Técnica de resolución de conflictos.
3. Educando la consciencia para liderar.



5 Pasos Claves para el Liderazgo y Apoyo en el Trabajo en Trabajadores del Estado

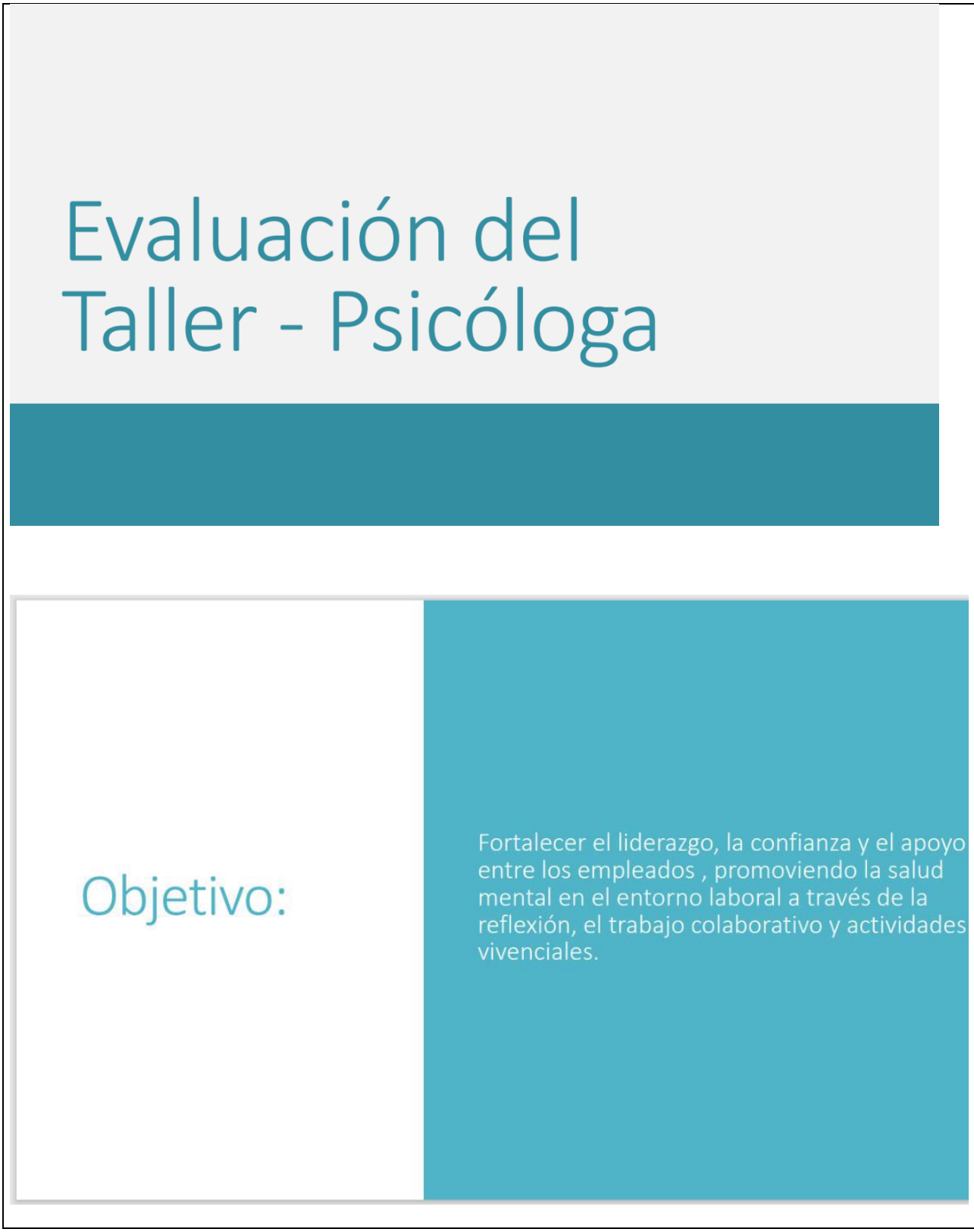
1. **Comunicación Efectiva:** Establecer canales de comunicación abiertos y transparentes para fomentar la confianza y el diálogo constructivo entre líderes y empleados.

2. **Reconocimiento y Valoración:** Reconocer y valorar el trabajo y los logros de los empleados, lo que puede aumentar la motivación y la satisfacción laboral.

3. **Desarrollo Profesional:** Proporcionar oportunidades de capacitación y desarrollo profesional para ayudar a los empleados a crecer y mejorar sus habilidades.

4. **Apoyo y Recursos:** Proporcionar el apoyo y los recursos necesarios para que los empleados puedan realizar su trabajo de manera efectiva y eficiente.

5. **Liderazgo Inspirador:** Demostrar un liderazgo inspirador y ejemplar, que motive y empodere a los empleados para alcanzar sus objetivos y metas.


Evaluación del
Taller - Psicóloga
Objetivo:
Fortalecer el liderazgo, la confianza y el apoyo entre los empleados , promoviendo la salud mental en el entorno laboral a través de la reflexión, el trabajo colaborativo y actividades vivenciales.

Contenido:

Se desarrollaron 5 pasos clave para el liderazgo y apoyo en el trabajo. 1. Comunicación Asertiva. 2. Reconocimiento y Valoración. 3. Desarrollo Profesional. 4. Apoyo y Recursos. 5. Liderazgo Inspirador

Cada uno fue abordado desde la perspectiva del autocuidado, la empatía, la convivencia laboral y el impacto del liderazgo saludable en el bienestar emocional. Se utilizaron estrategias participativas, reflexivas y experiencias que promovieron la integración entre los participantes.

Actividades realizadas:

1. Puesta en escena: Representaciones de situaciones laborales reales para identificar fortalezas, dificultades de comunicación y alternativas de solución.

2. Actividad con venda en los ojos: Ejercicio en parejas donde uno de los participantes guiaba al otro con los ojos cubiertos y sin tocarlo con el fin de generar confianza, fortalecer el liderazgo colaborativo y promover la escucha activa y el apoyo entre compañeros.

Estas actividades permitieron vivenciar la importancia del trabajo en equipo, la empatía y el liderazgo consciente.



Recomendaciones:

1 IMPLEMENTAR ESTRATEGIAS DE DESARROLLO PROFESIONAL CONTINUO QUE MOTIVEN Y FORTALEZCAN EL ROL DE CADA EMPLEADO.

2. CONTINUAR CON PROCESOS FORMATIVOS EN SALUD MENTAL LIDERAZGO POSITIVO Y CLIMA LABORAL.

3. PROMOVER ESPACIOS DE ESCUCHA ACTIVA, RECONOCIMIENTO Y RETROALIMENTACIÓN CON LOS EQUIPOS DE TRABAJO.










En mi salud
mental
Liderazgo y Apoyo
en el Trabajo



Jorge Baena

Coach/Artista

Objetivos:

- Identificar la causa de los conflictos emocionales en las personas.
- Practicar estrategias de tecnología humana. Coaching y PNL
- Fortalecer la consciencia sobre la Solución de conflictos para mi salud mental.



Jorge Baena

Coach/Artista

Contenido

1. Estrategias de resolución de conflictos.
2. Raíz y causas de los conflictos
3. Herramientas de coaching y Pnl para solucionar conflictos.

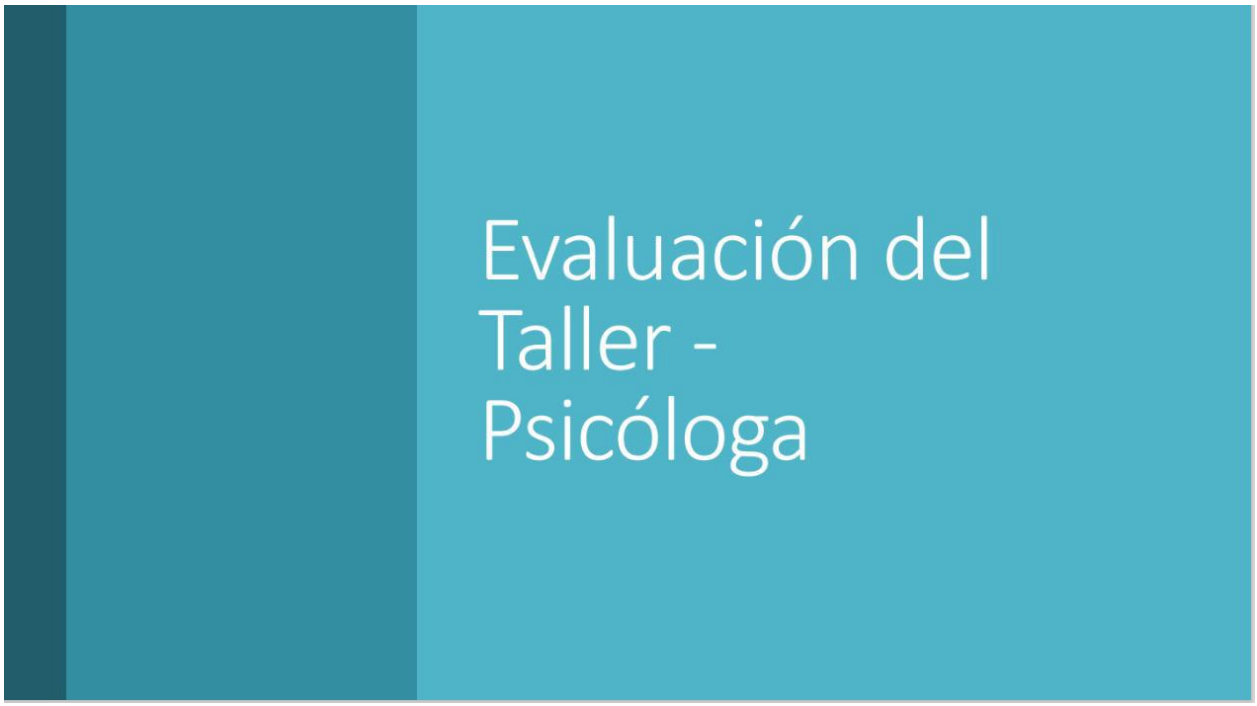


Objetivo:

Brindar herramientas prácticas para identificar, gestionar y resolver conflictos en el entorno laboral promoviendo la comunicación asertiva, el trabajo colaborativo y la autogestión emocional como pilares de la salud mental.

Contenido:

1. Comprensión del conflicto: causas, tipos y manifestaciones
2. Gestión emocional en situaciones difíciles.
3. Estrategias para resolución de problemas.
4. Comunicación asertiva y escucha activa.
5. Trabajo colaborativo y pensamiento estratégico.



Actividades realizadas

La telaraña de los conflictos: Actividad grupal con lana para visibilizar cómo los conflictos se interconectan entre personas, equipos y áreas.

Objetivo

1. Reconocer el impacto colectivo de los conflictos.
2. Identificar puntos de quiebre y comunicación deficiente.
3. Fomentar el diálogo y la empatía.









La Torre Conflictiva: Los participantes construyeron una torre utilizando pitillos y alfileres para representar problemáticas reales del entorno laboral.

Objetivo:

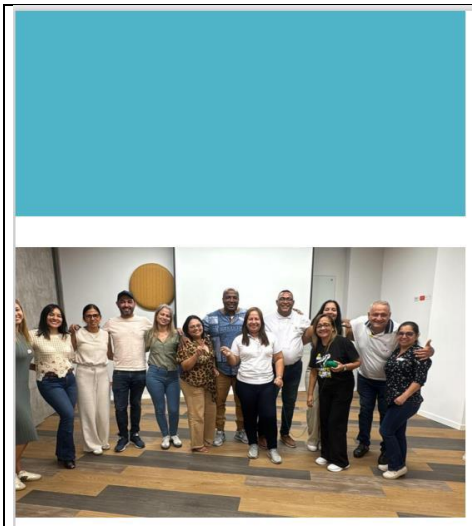
1. Analizar causas y consecuencias de los conflictos.
2. Plantear soluciones colaborativas.
3. Fortalecer el trabajo en equipo



Recomendaciones:

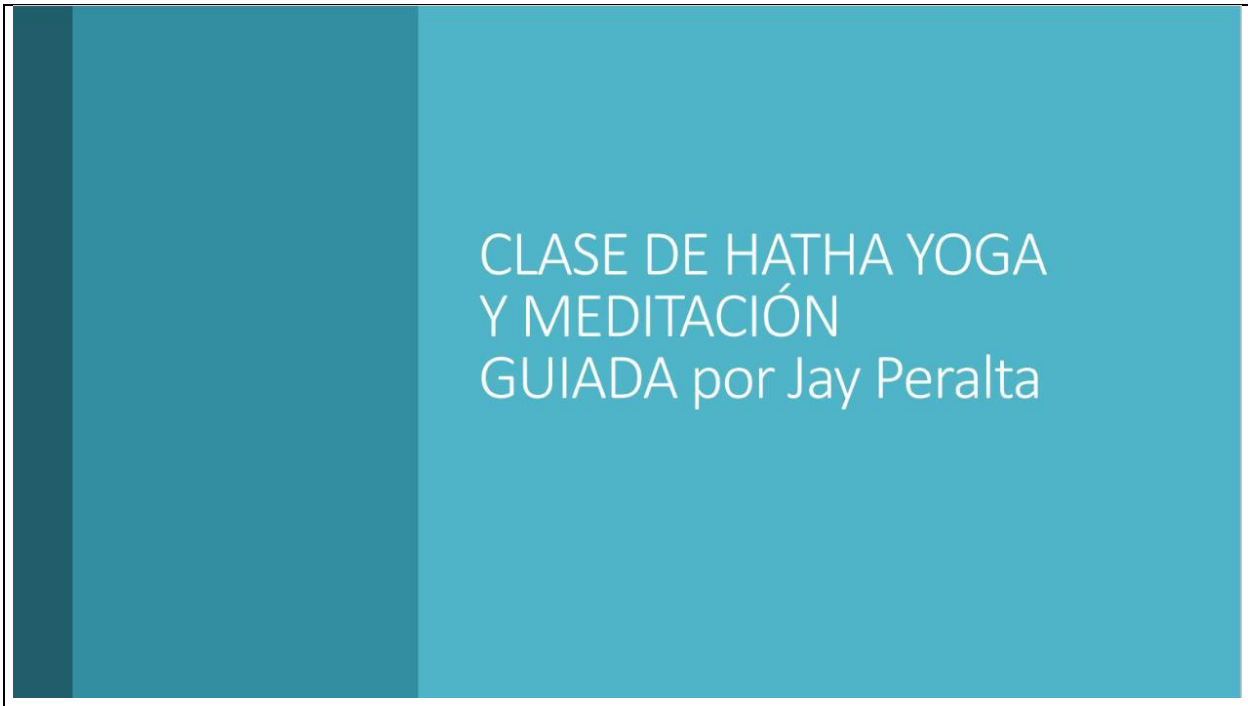
1. Espacios periódicos de prevención y comunicación.
2. Estrategias institucionales para la mediación de conflictos.
3. Promoción del autocuidado emocional en el ambiente laboral.






Cre
En mi salud
mental


Cre
En mi salud
mental
Jorge Baena
Reconocer y entender
la Ansiedad y la Depresión,
Técnicas de Relajación y
Reducción del Estrés.
Jay Peralta y Jorge Baena
@jorgebaenaoficial



Actividades de la Clase

1. Orientaciones primarias: se indica para qué se realiza una práctica de yoga, quiénes son las personas que requieren modificaciones, y se solicita que reporten lesiones importantes para tener en cuenta en el momento de la práctica.

2. Intencionar el encuentro: ya que una clase de yoga es un encuentro con uno mismo, a través del proceso consciente se solicita a los participantes reconocer una intención que será la guía emocional y espiritual principal de su práctica

3. Calentamiento: se realiza movilidad de articular y activación muscular a través del movimiento para lubricar las articulaciones y subir la temperatura corporal, preparando así al cuerpo para la realización de ASANAS

4. ASANAS: se realiza la explicación de las posturas a realizar desde cómo entrar en ellas llegar a su punto más alto y luego cómo salir de ellas de manera segura. Se realizaron ocho posturas.

5. Mindfulness: a través de una postura tumbado en el piso (SAVASANA), se realiza un proceso de profundización en el ser, a través de una narrativa de visualización corporal interno y externo de estaba bienestar integral. Está narrativa dura entre 12 y 15 minutos. Para finalizar, a través de la narrativa se les trae nuevamente a la conciencia, se activa corporalmente con mucha lentitud y cuidado y finalizamos con aromaterapia con aceite esenciales.

Objetivo General



Promover en los participantes un estado de bienestar profundo a través del movimiento corporal, la respiración consciente, y técnicas de mindfulness.

Actividades de la Clase

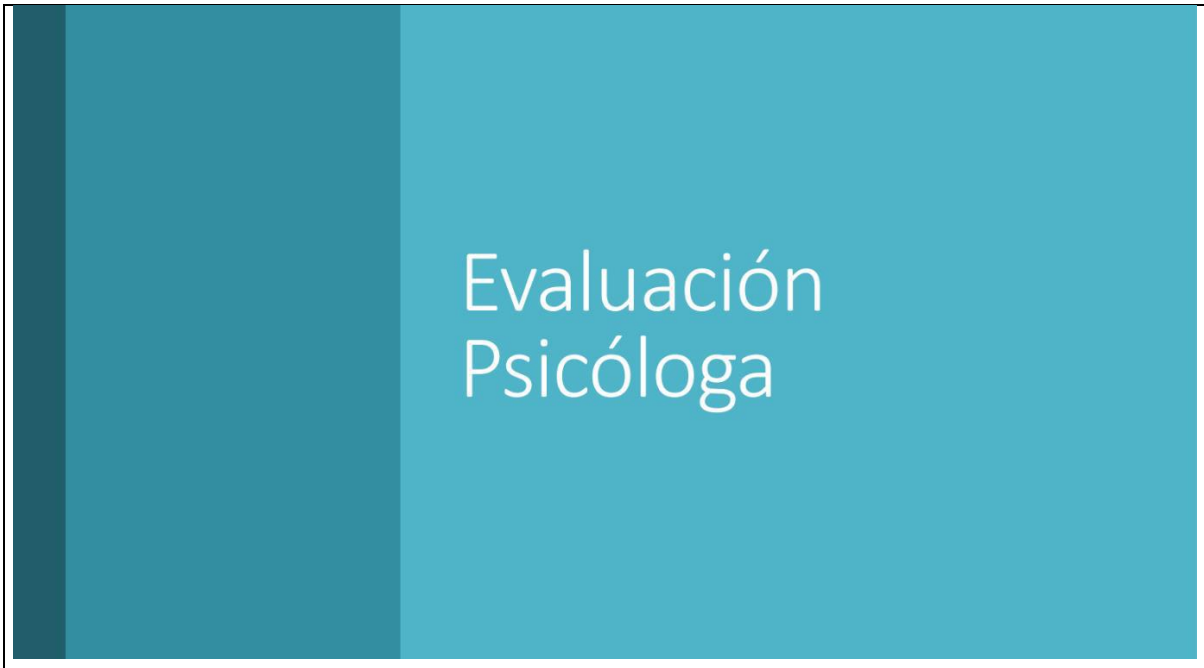
1. Orientaciones primarias: se indica para qué se realiza una práctica de yoga, quiénes son las personas que requieren modificaciones, y se solicita que reporten lesiones importantes para tener en cuenta en el momento de la práctica.

2. Intencionar el encuentro: ya que una clase de yoga es un encuentro con uno mismo, a través del proceso consciente se solicita a los participantes reconocer una intención que será la guía emocional y espiritual principal de su práctica

3. Calentamiento: se realiza movilidad de articular y activación muscular a través del movimiento para lubricar las articulaciones y subir la temperatura corporal, preparando así al cuerpo para la realización de ASANAS

4. ASANAS: se realiza la explicación de las posturas a realizar desde cómo entrar en ellas llegar a su punto más alto y luego cómo salir de ellas de manera segura. Se realizaron ocho posturas.

5. Mindfulness: a través de una postura tumbado en el piso (SAVASANA), se realiza un proceso de profundización en el ser, a través de una narrativa de visualización corporal interno y externo de estaba bienestar integral. Está narrativa dura entre 12 y 15 minutos. Para finalizar, a través de la narrativa se les trae nuevamente a la conciencia, se activa corporalmente con mucha lentitud y cuidado y finalizamos con aromaterapia con aceite esenciales.



Objetivo del Taller

Promover la comprensión de la presión y la ansiedad como condiciones que pueden afectar el bienestar integral, brindando herramientas psicológicas, físicas y emocionales para el manejo del estrés mediante técnicas de relajación, Hatha Yoga y Meditación Guiada, fortaleciendo así la salud mental y el equilibrio personal de los empleados.

El taller se llevo a cabo en un espacio tranquilo propicio para la conexión interior y la practica de la relajación.


1. Bienvenida y sensibilización inicial: Se realizó una introducción sobre la importancia de cuidar la salud mental en el ámbito laboral y personal. A través de una breve dinámica de integración, los asistentes reflexionaron sobre como las emociones impactan el cuerpo y la mente.
2. Técnicas de relajación y reducción del estrés: Los participantes realizaron una sesión práctica de Hatha Yoga enfocada en la respiración consciente, el estiramiento corporal y la relajación muscular progresiva, facilitando la liberación de tensiones físicas y mentales.
Posteriormente, se llevo acabo una meditación guiada orientada a la conexión con el momento presente, el manejo de pensamientos intrusivos y la recuperación del equilibrio emocional.
Durante la jornada se desarrollaron los siguientes momentos
Resultados Observados
* Alta disposición , participación activa y apertura emocional por parte de los asistentes.
* Reconocimiento entre cuerpo, mente y emociones en el manejo de la ansiedad y la depresión.
* Adquisición de herramientas prácticas para reducir el estrés mediantes tecnicas de respiración, yoga y meditación.
* Generación de un clima de bienestar, armonía y conexión entre los participantes.

Sugerencias:



Continuar promoviendo espacios similares en la Gobernación, que fomenten la salud mental, la gestión del estrés y la construcción de ambientes laborales más saludables, empáticos y conscientes






La voz que
el mundo necesita
escuchar.



EVALUACIÓN DEL TALLER PSICÓLOGA

El taller fue **desarrollado** con el objetivo de brindar a los empleados de la Gobernación del Atlántico un espacio de reflexión, aprendizaje y práctica de estrategias para el fortalecimiento emocional. Las actividades se enmarcó dentro del espacio laboral, buscando contribuir al manejo del estés, la autorregulación emocional y la construcción de hábitos saludables.

El taller se **realizó** de manera participativa y vivencial, empleando dinámicas grupales, ejercicios de autorreflexión y prácticas breves de relajación.

Se **observó** en los empleados participación activa, mayor consciencia de la importancia de la salud mental, estrategias de afrontamiento aplicables en su vida diaria, compromiso personales de su autocuidado.

El taller permitió **evidenciar** la necesidad de fortalecer los espacios de formación y acompañamiento en salud mental dentro del ámbito laboral. Los empleados reconocieron la importancia de incorporar hábitos de autocuidado y herramientas de gestión emocional para mejorar su bienestar y desempeño.

Recomendaciones:
Continuar con la implementación de programas de prevención de la Salud Mental.

Crear una red de apoyo psicosocial institucional para atender oportunamente situaciones criticas.


PREPENSIONADOS
AÑOS DORADOS.
UN NUEVO VIAJE
PARA EL CAMBIO.
PREPARANDO EL VIAJE DESDE
LO EMOCIONAL Y LEGAL..
Jorge Baena
Coach/artista










NOS DORADOS


PREPENSIONADOS
PROTECCIÓN
CONSTITUCIONAL
LABORAL



PREPENSIONADOS

Estabilidad Laboral

KELIA ÁLVAREZ LÓPEZ

- Abogada Litigante
- Consultora jurídica empresarial con más de 22 años de experiencia profesional.
- Magíster en Derecho Laboral y de la Seguridad Social.
- Especialista en Derecho Constitucional.
- Especialista en Derecho Laboral
- Especialista en Relaciones Industriales
- Conciliadora en Derecho e Insolvencia
- Docente Universitaria
- Creadora de Contenido Digital en Redes Sociales.
- Columnista de prensa.
- Candidata a Magistrada de la Corte Constitucional y Corte Suprema de Justicia.

Retén Social

Artículo 12 de la Ley 790 de 2002

Programa de Renovación de la Administración Pública
Protección especial: *retiro del cargo se sustenta en supresión ante la liquidación de la entidad y en el marco de los procesos de reestructuración de la administración pública.*

(i) las madres cabeza de familia sin alternativa económica

(ii) las personas con condición de discapacidad física, mental, visual o auditiva

(iii) las personas que se encontrasen a menos de tres (3) años de cumplir con los requisitos de edad y tiempo de servicio o semanas de cotización, para obtener el disfrute de la pensión de vejez.

Fueros Constitucionales Derechos al mínimo vital frente al retiro del cargo

- Fuero Sindical
- Fuero de Maternidad
- Fuero de Salud
- fuero de Prepensionados
- Fuero de Paternidad

REQUISITOS PENSIÓN DE VEJEZ

Régimen Solidario de Prima Media con Prestación Definida

Haber cotizado un mínimo 1300 semanas al sistema en cualquier tiempo

Haber cumplido 57 años para la mujer, y 62 años para el hombre

CONTEXTO DE LA PERSONA	CONDICIÓN DE PREPENSIONADO
a) Está a tres años o menos de cumplir edad y semanas cotizadas	Sí
b) Está a tres años o menos de cumplir la edad, pero ya cuenta con las semanas mínimas requeridas	No
c) Está a tres años o menos de completar las semanas, pero ya cuenta con la edad	Sí
d) Está a tres años o menos de cumplir la edad, pero a más de tres años de cumplir las semanas	No

PREPENSIONADOS

Condición de prepensionable toda persona con contrato de trabajo que le falten tres (3) o menos años para reunir los requisitos de edad y tiempo de servicio o semanas de cotización para obtener el disfrute de la pensión de jubilación o vejez.

PROTECCIÓN PREPENSIONADOS

Prepensión en afiliados al RAIS

Encontrarse a tres (3) años o menos de adquirir el capital necesario para al acceder al monto mínimo de la pensión de vejez

Encontrarse a tres (3) años o menos de completar las semanas requeridas para obtener la garantía de pensión mínima de vejez en dicho régimen.

No puede considerarse prepensionado en el RAIS

(i) quien esté a tres años o menos de cumplir la edad necesaria para acceder a la garantía de pensión mínima, siempre y cuando (a) cuente con el capital suficiente para ser beneficiario de la pensión de vejez; o (b) acredite las 1.150 semanas cotizadas para acceder a la garantía de pensión mínima.

(ii) quien esté a tres años o menos de cumplir con el requisito de edad, pero (a) le falten más de tres años para cumplir con los saldos necesarios para acceder a la pensión de vejez, o (b) a más de tres años de cumplir con las semanas cotizadas para acceder a la garantía de pensión mínima.

OPORTUNIDAD DE TRASLADO

Esta oportunidad estará disponible hasta el 16 de julio de 2026.

Requisitos:

- Mujeres: Tener 47 o más años y 750 o más semanas cotizadas al 30 de junio de 2025.
- Hombres: Tener 52 o más años y 900 o más semanas cotizadas al 30 de junio de 2025.

Si ya cumpliste la edad de pensión, también puedes beneficiarte de la Oportunidad de traslado.

¿Qué hacer si tienes Oportunidad de Traslado?

Toma la Doble Asesoría antes del 16 de julio de 2026.
Si decides cambiar de régimen, debes solicitar el traslado antes de esta fecha.












Programa:
Gobernación del Atlántico
PRE PENSIONADOS.
AÑOS DORADOS
Un viaje para el retiro laboral
Humanizado e integral.
Jorge Baena
Coach/Artista
•HOY ES EL DÍA•
Confía en Este nuevo comienzo.
TEAM BAENA

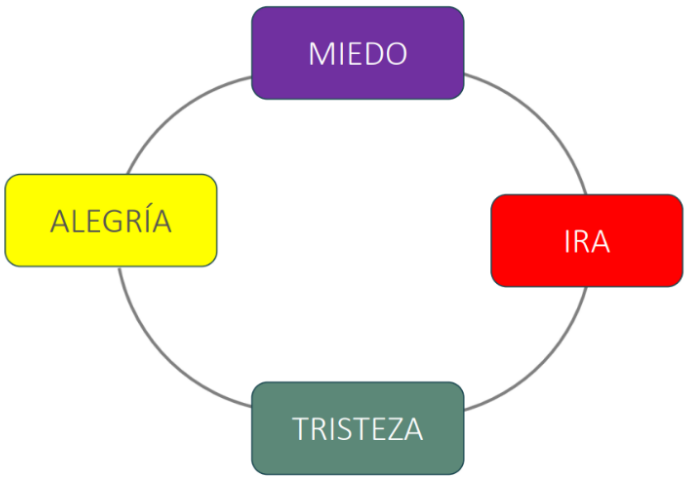

GOBERNACIÓN DEL ATLÁNTICO
PRE PENSIONADO
AÑOS DORADOS
Un viaje integral para el retiro laboral humanizado e integral
Jorge Baena
Coach/Artista
•HOY ES EL DÍA•
CONFÍA EN ESTE NUEVO COMIENZO
TEAM BAENA
@jorgebaenaoficial

Objetivo:

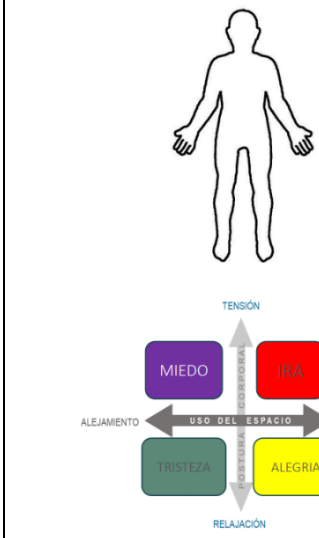
Brindar herramientas prácticas para identificar, gestionar y resolver el manejo de las emociones en la nueva etapa de vida que viene: pensionados, con el acompañamiento de profesionales con herramientas innovadoras y de uso sencillo y practico.







¿Cuáles son las Emociones básicas ?



¿Como registra el cuerpo las emociones?

Estrategias Regulación

ORIENTANDO LA ATENCIÓN: Distracción, atención, rechazo

CON ACCIONES CONCRETAS: Rituales, música....

CON CAMBIOS COGNITIVOS: Cambiar los pensamientos

MEDIANTE CONCIENCIA PLENA: Sensaciones del cuerpo, respiración, dejando pasar los pensamientos. Hacernos cargo de la emoción.



Estrategias de gestión

Aceptar que es normal tener miedos	Darle nombre al miedo	¿De qué peligro me informa?	Incrementa tu confianza	Concéntrate en tú respiración	" Cuando la confianza avanza el miedo retrocede "	Reconoce que estás enfadado
La comunicación aliviar la tensión	Cuenta hasta 10	Repite.... "Tranquilízate"	Golpea una almohada	Canta, grita, muévete	No dejes que la ira te controle. ¡Toma las riendas!	Acepta la tristeza
Llora si necesitas llorar	Date el tiempo para el duelo	Exprésate, busca el apoyo	Habla, escribe, pasea, lee...	Haz una lista de las cosas buenas que tienes.	La Gratitud te ayudará a ver todo lo bueno que tienes a tu alrededor	Ríe, aunque sientas que no tienes motivo
	Dibuja o escribe algo que te gusta	Visualiza el momento ideal	Comparte la alegría con un amig@	La alegría es contagiosa.....	¡Contagia tu alegría!	



Evaluación del Taller - Psicóloga

La charla se llevo acabo en un ambiente participativo y reflexivo. Se combinaron momentos teoricos con actividades prácticas que facilitaron la comprensión del manejo emocional en la etapa de transición hacia el momento de salir pensionados. Los asistentes participaron activamente en las dinámicas, compartiendo experiencias personales y mostrando interés en las herramientas propuestas.

Recomendaciones:

1. Realizar seguimiento emocional implementando encuentros periódicos o conversatorios que permitan continuar con el proceso de adaptación al retiro laboral.

2. Atención individual o grupal ofrecer espacios de orientación psicológica o coaching emocional para quienes manifestaron mayores niveles de ansiedad, miedos o incertidumbre.

3. Fortalecer la comunicación interna facilitar canales donde los prepensionados puedan expresar sus inquietudes y recibir información clara sobre el proceso.



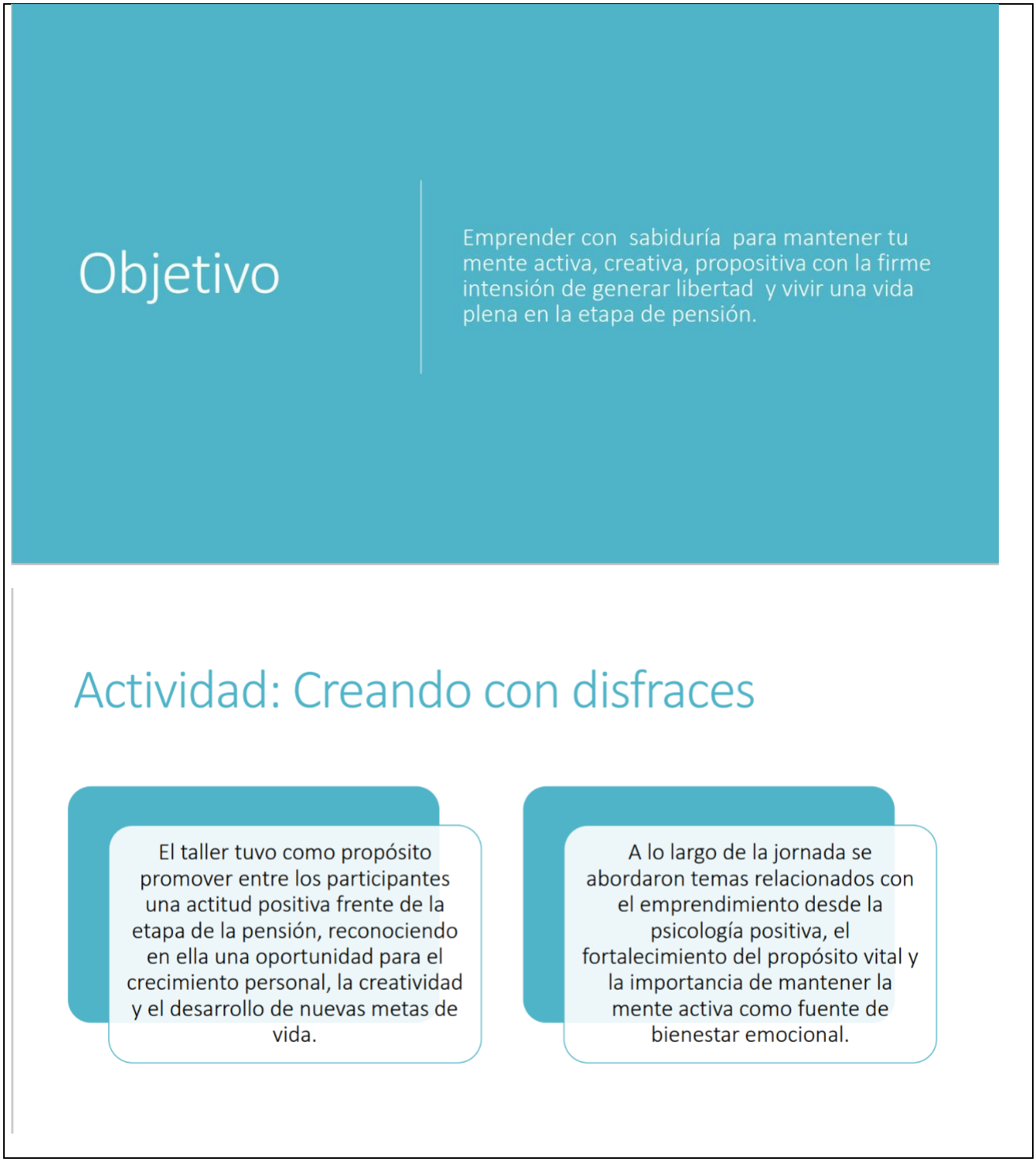





Programa:
Gobernación del Atlántico
PRE PENSIONADOS.
AÑOS DORADOS
GRACIAS.
Jorge Baena
Coach/Artista
•HOY ES EL DÍA•
Confía en Este nuevo comienzo.
TEAM BAENA


GOBERNACIÓN DEL ATLÁNTICO
PRE PENSIONADO
AÑOS DORADOS
Un viaje integral para el retiro laboral humanizado e integral
Jorge Baena
Coach/Artista
•HOY ES EL DÍA•
CONFÍA EN ESTE NUEVO COMIENZO
TEAM BAENA
@jorgebaenaoficial


Jorge Baena
PRE PENSIONADO
AÑOS DORADOS
EMPRENDER ES CUESTIÓN
DE SABIDURÍA.
@jorgebaenaoficial
Jorge Baena
Coach/artista


Objetivo
Emprender con sabiduría para mantener tu mente activa, creativa, propositiva con la firme intensión de generar libertad y vivir una vida plena en la etapa de pensión.
Actividad: Creando con disfraces
El taller tuvo como propósito promover entre los participantes una actitud positiva frente de la etapa de la pensión, reconociendo en ella una oportunidad para el crecimiento personal, la creatividad y el desarrollo de nuevas metas de vida.
A lo largo de la jornada se abordaron temas relacionados con el emprendimiento desde la psicología positiva, el fortalecimiento del propósito vital y la importancia de mantener la mente activa como fuente de bienestar emocional.

Durante el encuentro se desarrolló la actividad "Creando con Disfraces" una dinámica lúdica orientada a estimular la creatividad, la expresión emocional y el pensamiento flexible. A través del juego y la imaginación, los participantes exploraron nuevas formas de verse a si mismos reconectando con su ser interior y con la capacidad de disfrutar, crear y reinventarse.

La experiencia permitió reflexionar sobre la importancia de mantener la mente activa y creativa como herramienta para generar libertad, bienestar y plenitud en la etapa de la pensión.

Resultados observados:



* LOS ASISTENTES PARTICIPARON ACTIVAMENTE MOSTRANDO ENTUSIASMO, DISPOSICIÓN Y SENTIDO DEL HUMOR.



* SE EVIDENCIÓ UNA ACTITUD REFLEXIVA FRENTE A LA IMPORTANCIA DE MANTENERSE ACTIVOS FÍSICA, MENTAL Y EMOCIONALMENTE.



* EL TRABAJO EN EQUIPO FORTALECIÓ LOS VÍNCULOS, LA COMUNICACIÓN Y LA MOTIVACIÓN PERSONAL.



* LA ACTIVIDAD GENERÓ BIENESTAR, ALEGRÍAS Y UNA VISIÓN MÁS OPTIMISTA DEL FUTURO

Sugerencias



* Continuar promoviendo espacios de crecimiento personal y bienestar emocional para la población de prepensionados.

* Fomentar la creación de actividades productivas adaptadas a las capacidades y gustos de cada asistente.

* Integrar actividades artísticas, recreativas y de voluntariado que favorezcan la conexión social y el sentido de sentirse útil.

El taller permitió que los asistentes comprendieran que emprender no se limita al ámbito económico, sino que representa la posibilidad de reinventarse , descubrir nuevas pasiones y vivir con propósito. La sabiduría adquirida a lo largo de la vida se convierte en la base para crear, disfrutar y continuar dejando huellas.


PRE PENSIONADO
AÑOS DORADOS


PRE PENSIONADO
AÑOS DORADOS


PRE PENSIONADO



VALOR TOTAL, DE LAS ACTIVIDADES EJECUTADAS: **$226.200.000 DOSCIENTOS VEINTISÉIS MILLONES DOSCIENTOS MIL PESOS M/L correspondiente al tercer pago del contrato N. 1799.**

NOTA: Se relacionan las actividades realizadas por el contratista durante el plazo de ejecución del contrato.

5. NOVEDADES O SITUACIONES ANORMALES PRESENTADAS DURANTE EL DESARROLLO DEL CONTRATO

Durante el presente período no se han presentado novedades o situaciones anormales que afecten el desarrollo del contrato.

(En caso contrario describir la situación y las acciones de la supervisión)

6. RESUMEN DE ACTIVIDADES REALIZADAS POR LA SUPERVISIÓN.

a) Seguimiento financiero y presupuestal del contrato.
b) Conformación, actualización y seguimiento del expediente con la documentación relacionada con la ejecución del contrato.
c) Verificación del pago de Estampillas
d) Verificación de la vigencia de la garantía exigida en el contrato.
e) Verificación y aprobación de los soportes necesarios para el pago.
f) Expedición de la certificación del recibo a satisfacción correspondiente al periodo descrito, de conformidad con el servicio recibido.
g) Trámite de reconocimiento y pago de honorarios ante la Oficina de Contabilidad

Y todas las demás obligaciones del contrato establecidas en los Estudios Previos, Anexos, y el Manual de Contratación.

7. **CUMPLIMIENTO DE OBLIGACIONES DEL CONTRATISTA RELACIONADAS CON EL PAGO DE SEGURIDAD SOCIAL INTEGRAL Y APORTES PARAFISCALES (Ley 100 de 1993 y sus decretos reglamentarios, en el artículo 50 de la Ley 789 de 2002, Leyes 828 de 2003, 1122 de 2007, 1150 de 2007 y 1562 de 2012, Decretos 1072 de 2015 y 1273 de 2018 y demás normas concordantes).**

IVETTE ELENA CABALLOS IBAÑEZ, quien actúa en nombre y representación del Departamento del Atlántico, en calidad de Supervisor, deja constancia que el contratista ejecutó a cabalidad el objeto del contrato conforme a lo señalado en el Estudio previo, y verificó el cumplimiento de las obligaciones del contratista con los sistemas de Seguridad Social Integral en salud, pensiones y riesgos laborales, información que se puede constatar en la planilla , certificación de pago correspondiente al periodo aquí relacionado.

7.1 **ANEXO CONTROL DE APORTES A SEGURIDAD SOCIAL (*)**

Número de la Cuenta de Cobro	Número de la Planilla	Fecha de Pago Planilla	Valor Total de la Planilla (sin intereses)
	SUMATORIA TOTAL DE LAS PLANILLAS		$ XXXXXXXXX

(La sumatoria total de las planillas sin intereses debe ser igual al pago de la seguridad social sobre el 40% del valor del contrato)

NOTA: Aplica para persona natural. Para persona jurídica, anexar certificación del pago de planillas de Seguridad Social por parte del Representante Legal y/o Revisor Fiscal con los soportes asociados.

Se firma en Barranquilla, a los **31** días del mes de **octubre** de **2025**.

IVETTE ELENA CEBALLOS IBAÑEZ
FIRMA DEL SUPERVISOR
C.C.: 32.659.339

DANIEL ENRQUE DE CASTRO CHAPMAN
FIRMA DEL CONTRATISTA
C.C.: 1.045.677.978