

Plan de Bienestar

Funcionarios CGR

Vigencia 2026

Propósito

Implementar las actividades de bienestar en el Nivel Central y Gerencias Colegiadas Departamentales, ajustándolas a las necesidades e intereses de los servidores públicos, **con el fin de promover un ambiente laboral más saludable y productivo.**



SOMOS FBS

Un conjunto de oportunidades para desarrollar tu potencial.

Objetivo

Promover el equilibrio entre las responsabilidades laborales y los ámbitos personal y familiar de los servidores públicos de la CGR y del FBS, mediante programas y servicios de bienestar que fortalezcan su bienestar integral y contribuyan al mejoramiento de la productividad institucional de manera sostenible.



Principios Rectores

- *Universalidad y cobertura familiar.*
- *Equidad y no discriminación.*
- *Participación y corresponsabilidad.*

Alcance

1



Dirigido a **servidores de la CGR, del Fondo de Bienestar Social y sus familias**, conforme a la normatividad vigente.

2



El acceso a las actividades depende del **cumplimiento de requisitos, cupos y disponibilidad presupuestal** definidos en cada convocatoria.

3



Los planes de bienestar de las **31 Gerencias Departamentales** se articulan con las **políticas institucionales y necesidades regionales**.

4



Su implementación se basa en **equidad, transparencia, objetividad y no discriminación**.

Metodología

Bienestar

Encuesta de necesidades aplicada a servidores públicos de Nivel Central y Gerencias Departamentales.

Salud Mental y Salud Física Preventiva

- Se estructuró con base en el **perfil de morbilidad institucional 2025**.
- Considera los **resultados del clima organizacional**.
- Integra la **identificación de factores de riesgo psicosocial** realizada por Seguridad y Salud en el Trabajo.





Nivel Central

Encuesta a

3.383

servidores públicos del
Nivel Central

534

Respuestas

16% Participación

Conclusiones

Preferencia por modalidades de participación: mixta (49%) y presencial (48%).

Interés en bienestar físico: clases deportivas grupales y acceso a gimnasio.

Alta valoración de actividades recreativas y culturales: cine, talleres artísticos, teatro y jornadas familiares.

Prioridades institucionales: conmemoración del Día del Servidor Público y entrega del beneficio navideño como cierre de vigencia.



Gerencias Colegiadas

Encuesta a

3.317

servidores públicos del
Nivel Desconcentrado

240

Respuestas

Conclusiones

Cada Gerencia adapta y desarrolla sus actividades considerando:

Características poblacionales del territorio.

Necesidades identificadas a nivel local.

Disponibilidad presupuestal asignada.

lineamientos técnicos del Plan Institucional.

Componente Salud

El componente de Salud Mental y Salud Física Preventiva se estructuró a partir de:

- Análisis técnico del perfil de morbilidad institucional 2025.
Los resultados del clima organizacional.
- La identificación de factores de riesgo realizada por el área de Seguridad y Salud en el Trabajo.



Componente Salud

El diagnóstico evidenció una alta incidencia de condiciones asociadas a:



Este enfoque técnico permite que las acciones en salud respondan a evidencia institucional y no únicamente a percepciones subjetivas.





Eje Equilibrio Psicosocial NIVEL CENTRAL



Eventos deportivos y recreativos

- Carreras atléticas
- Seleccionados deportivos
- Campeonatos Inter empresas
- Punto de Vida Saludable



Recreación

- Actividades ecológicas
- Vacaciones recreativas
- Cierre de vigencia



Eventos artísticos y culturales

- Grupos musicales y grupo de danzas
- Actividad cultural

Calidad de vida laboral

Eje Equilibrio entre la vida personal, familiar y laboral



1. Día Nacional del Servidor Público
2. Día de la Inclusión sin Discriminación
3. Actividades con ocasión del reconocimiento a servidores públicos según su profesión
4. Programa Preparación a la Jubilación
5. Programas de incentivos - reconocimientos por el buen desempeño
6. Programa Tejiendo Redes
7. Póliza de vida
8. Programa para Empleados de la Contraloría General de la República y del Fondo de Bienestar Social de la Contraloría General de la República con hijos en situación de discapacidad y capacidades excepcionales
9. Programa Apoyos Educativos
10. Programa Centro de Cuidado Infantil La Nana
11. Sala Amiga de la Familia Lactante
12. Alianzas estratégicas

Agenda de la niñez: Tres actividades programadas para abril, octubre y diciembre. Dirigida a hijos menores de 13 años .



Nº	Tema de Sensibilización	Objetivo Principal Eje Salud Mental
1	Sentir y Actuar	Promover el reconocimiento y manejo adaptativo de los rasgos de personalidad para mejorar las relaciones interpersonales y la estabilidad emocional.
2	Autocontrol	Brindar estrategias prácticas para identificar, comprender y regular las emociones en contextos laborales y personales.
3	Refugio	Fomentar la detección temprana y el afrontamiento positivo de síntomas de ansiedad y depresión combinados.
4	Resiliencia	Sensibilizar sobre los efectos del trauma psicológico y fortalecer los mecanismos de afrontamiento
5	Serenidad	Promover hábitos saludables que favorezcan la estabilidad emocional y prevengan el agotamiento psicológico.
6	Conexión	Fortalecer habilidades sociales y de comunicación efectiva para reducir conflictos y mejorar el clima interpersonal.
7	Parar-Respirar	Capacitación en identificación, contención de usuarios con alteraciones emocionales agudas

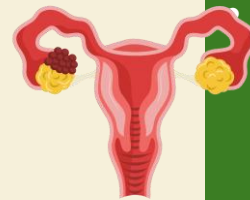
Gestión de la salud física preventiva y promoción de estilos de vida saludables:



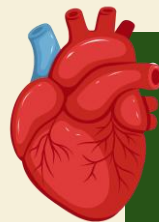
Eje Salud Mental



- Se desarrolla en coherencia con los lineamientos de Seguridad y Salud en el Trabajo y el perfil de morbilidad institucional.



Incluye campañas preventivas, talleres de actividad física y tamizajes para detección temprana de cáncer de cuello uterino y próstata, aportando al bienestar integral y la calidad de vida de los servidores públicos.



Promueve la salud física y la prevención de enfermedades mediante acciones que fomentan hábitos de vida saludables y la detección temprana de riesgos.

Las acciones estarán dirigidas a



Promoción de
la salud mental



Prevención
primaria del
riesgo
psicosocial



Desarrollo de
habilidades
socioemocionales



Fomento de la
cultura del
autocuidado
institucional

Enfoque de género

Enfoque de género mediante estrategias de sensibilización y comunicación dirigidas a líderes y equipos.

Promoción de liderazgo consciente, enfocado en la prevención de la discriminación y el manejo respetuoso de conductas.

Impulso de espacios de reflexión sobre ética, valores y cultura organizacional para fortalecer entornos laborales seguros y equitativos.

Implementación de cápsulas formativas breves, presenciales y puesto a puesto, orientadas al respeto y la prevención de riesgos.

*** Préstamo de aparatos ortopédicos**



Fondo de Bienestar Social
CONTRALORÍA GENERAL DE LA REPÚBLICA

¡Gracias!

