

BOLETÍN DEL PENSIONADO Y BENEFICIARIO BEPS

Edición 2 / Diciembre 2018

**SALUDO DEL
PRESIDENTE DE
COLPENSIONES**

**ENVEJECIMIENTO
SALUDABLE**

**CONOCE
LOS BENEFICIOS
DE LA CUENTA
DE AHORROS
PARA PENSIONADOS**





PROTECCIÓN SOLIDARIA PARA UN INGRESO DIGNO

Quiero expresar mi agradecimiento a los más de un millón trescientos mil pensionados del país, quienes ayudaron a construir positivamente a Colombia, con su trabajo. Gracias a ustedes, el país ha crecido. Hoy disfrutan de una remuneración merecida por los servicios prestados y gozan, además, con sus familias, hijos y nietos. ¡Enhorabuena!

A través de este Boletín del Pensionado y del Beneficiario BEPS queremos extender este saludo además a los 7.000 colombianos que ya cuentan con un ingreso vitalicio del programa BEPS y un abrazo fraterno a sus familias, reconociendo esa labor de acompañamiento a sus seres queridos, aún más en esta época navideña que se inicia.

En esta nueva etapa que iniciamos en Colpensiones, estamos comprometidos también con las personas que pronto se pensionarán; convertiremos esta empresa en el eje central de la protección económica para la vejez de todos los colombianos. Junto con el Gobierno Nacional, fortaleceremos la protección solidaria que permita que más colombianos tengan acceso a un ingreso digno durante su retiro.

Hay que responder a las necesidades del nuevo Gobierno Nacional y aportaremos por la construcción de la equidad social. Esas serán las prioridades de mi gestión al frente de Colpensiones.

Espero que pasen unas felices fiestas de fin de año.

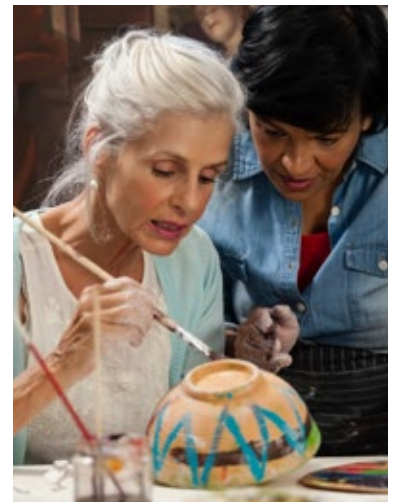
ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

La Organización Mundial de la Salud define el Envejecimiento Saludable como **“el proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permita generar bienestar en la vejez”**. Esto significa que la persona puede alcanzar la felicidad, satisfacción y realización plena “bienestar” a partir de características propias dentro de un contexto de vida y un entorno social.

Uno de los objetivos de un envejecimiento saludable es prevenir la discapacidad y mantener la independencia, es decir que las personas puedan mantenerse en condiciones óptimas en su trayectoria de vida, hasta el final.

Para lograr un envejecimiento saludable se requiere que las personas:

- Realicen ejercicio de forma rutinaria, es decir que tengan movilidad.
- Realicen una actividad ocupacional o laboral.
- Practiquen actividades lúdicas y/o recreativas.
- Fortalezcan redes de apoyo, en especial con familiares y amigos.



Cuando envejecemos de manera saludable, podemos prevenir enfermedades crónicas discapacitantes y en caso de tenerlas mantener un control adecuado para evitar deterioro; aquellas personas que tienen una pérdida de la capacidad funcional, pueden realizar un proceso de rehabilitación que permita mejorar o disminuir esta pérdida.

Por último, recordemos el concepto de Envejecimiento activo, definido como **“el proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez”**.

COLPENSIONES TE ACOMPAÑA

Tu seguridad y tranquilidad son lo más importante para Colpensiones. Por eso te invitamos a manejar el dinero de tu mesada pensional a través de una cuenta de ahorros diseñada especialmente para ti.

Estos son algunos de los beneficios que tiene la cuenta de ahorros para pensionados:



Recibes el abono de tus pagos el primer día del mes.



Recibes el pago de tu pensión sin necesidad de ir al banco, evitando largas filas.



Puedes hacer retiros en el banco, en horario normal o extendido.

Cuentas con disponibilidad inmediata de los abonos.



Es más seguro, no manejas grandes cantidades de efectivo.



Además, dispones de una tarjeta débito sin costo para acceder a los canales electrónicos y realizar retiros a través de los cajeros automáticos a nivel nacional, las 24 horas del día.



Beneficios de la tarjeta:

- **Gratis cuota de manejo** en tarjeta débito o libreta de ahorros.
- Administración de tus recursos de pensión **sin cobro**.
- **Exenciones del 4 x 1.000** asignados por Ley.
- **Consultas gratis** vía internet.
- **Retiros gratis** en cajeros automáticos de mismo banco.

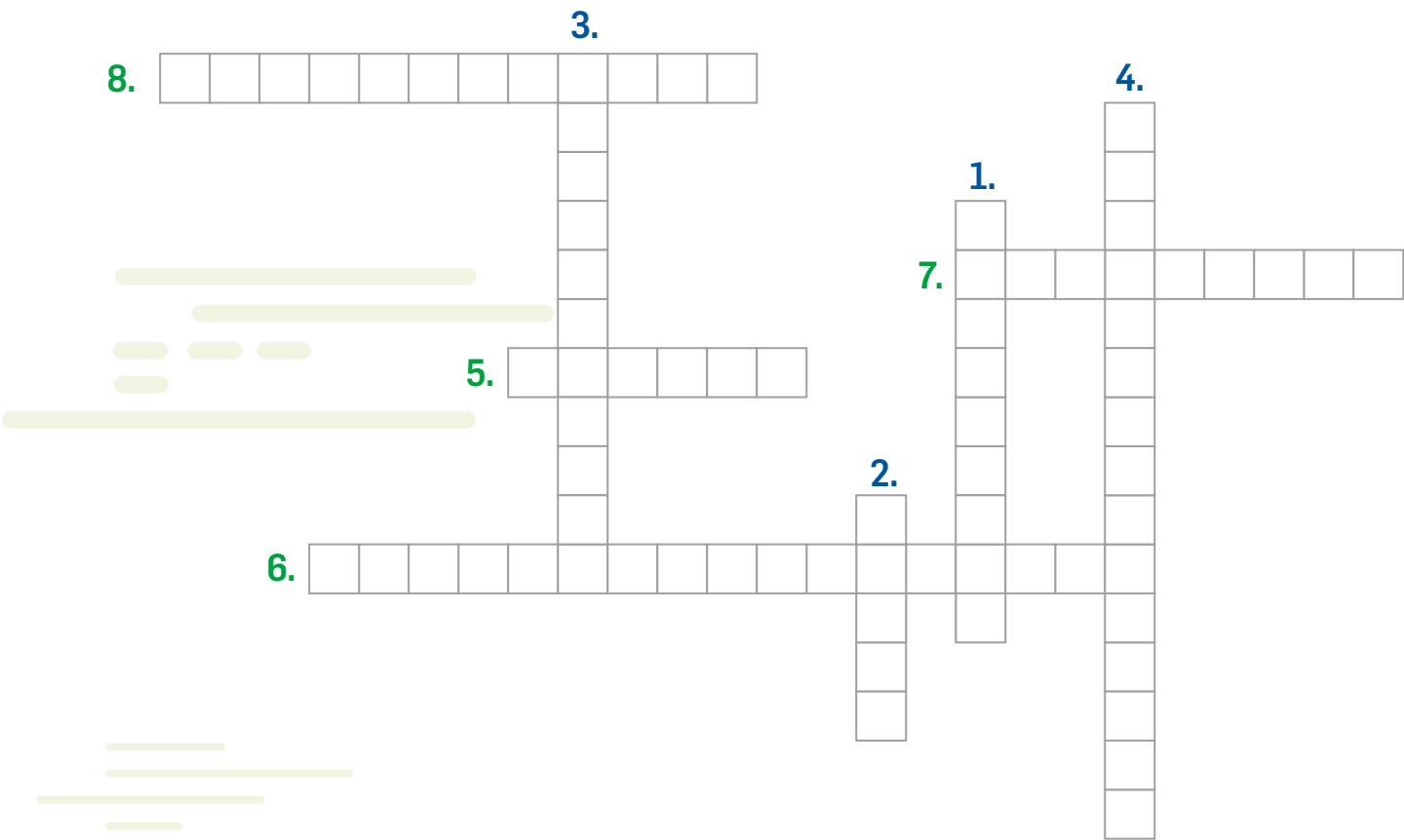
TESTIMONIO



Martha Cecilia Montaña
Pensionada de Colpensiones

“Estoy muy satisfecha con Colpensiones porque en muy poquito tiempo me salió mi pensión, que es tan anhelada, de tantos años de trabajo. El servicio también muy bueno, las personas que me atendieron muy bien y salí muy contenta.
Me siento feliz de ser pensionada de Colpensiones.”

ACTIVA TU MEMORIA



Verticales

- 1. Uno de los beneficios con los que contara al abrir una cuenta de ahorros para pensionados.
- 2. Las evitaras al abrir una cuenta de ahorros para pensionados.
- 3. Capacidad de las personas para asumir en forma voluntaria habitos de vida saludables buscando prevenir la aparición de enfermedades y mantenerse activo, el 24 de julio se conmemora el dia de dicha conducta a nivel internacional.
- 4. Actividad que permite a los seres humanos emplear su tiempo libre de manera divertida.

Horizontales

- 5. Tendras mas de él, al contar tu mesada a través de un cajero automatico.
- 6. Momento o momentos especiales en la vida que forman parte de nuestra base emocional.
- 7. Se debe realizar de manera rutinaria para mantener una buena movilidad.
- 8. Cuando envejecemos de manera saludable podemos prevenirlas.

VERTICALES
1. SEGURIDAD
2. FILAS
3. AUTOCUIDADO
4. ENTRETENIMIENTO
HORIZONTALES
5. TIEMPO
6. TIEMPO DE CALIDAD
7. EJERCICIO
8. ENFERMEDADES