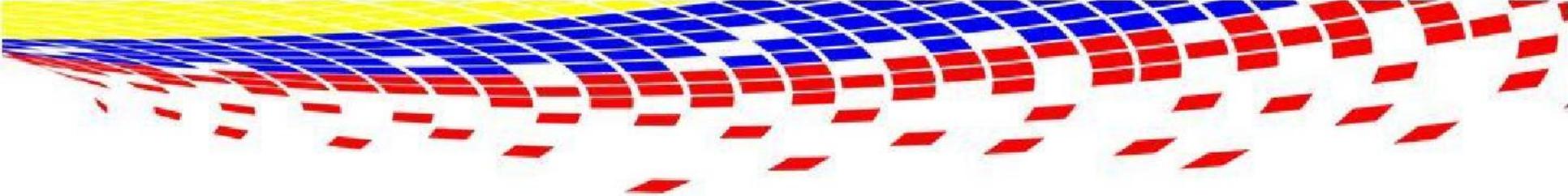


# EL PROGRAMA RECREATIVO LABORAL COMO INSTRUMENTO PARA EL BUEN USO DEL TIEMPO LIBRE



Elaborado por: Abg. Milagros Bruce / Lic. Mariana Planchart  
INCRET ©





# AUTORIDADES

**NICOLÁS MADURO MOROS**

*Presidente de la República Bolivariana de Venezuela*

**OSWALDO VERA**

*Ministro del Poder Popular para el Proceso Social de Trabajo (MPPPST)*

**NÉSTOR OVALLES**

*Viceministro de Previsión Social*

**REYNALDO MORALES ZAMORA**

*Presidente del Instituto Nacional de Capacitación y Recreación  
de los Trabajadores (INCRET)*

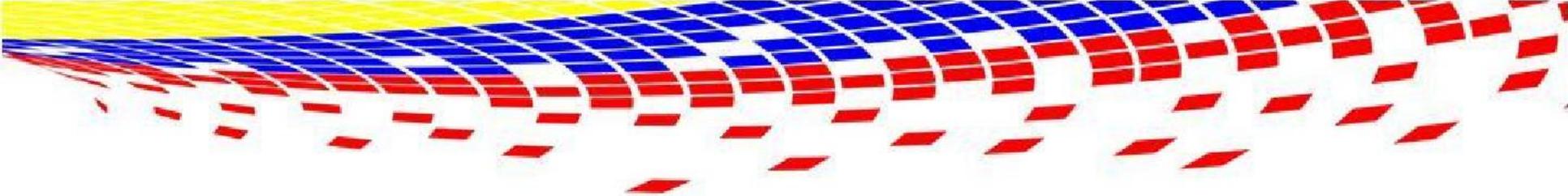


# EL DERECHO A LA RECREACION

El derecho a la Recreación se consagra en la **CNRBV**, como una actividad que beneficia la calidad de vida individual y colectiva de todos y todas (Art. 111)



En el **PLAN DE LA PATRIA (2013-2019)**, la recreación representa una de las necesidades básicas del ser humano, asegurándole la “mayor suma de seguridad social, de estabilidad política y de felicidad” (II Gran Objetivo Histórico)



# EL PROGRAMA RECREATIVO LABORAL P.R.L.

**El Programa Recreativo Laboral (P.R.L.)** es el conjunto de actividades recreativas, culturales, deportivas y de turismo social, vinculadas entre sí, que buscan reducir las enfermedades ocupacionales, los accidentes de trabajo, mejorar la calidad de vida de los trabajadores y las trabajadoras y la productividad. (Art. 104 de la LOPCYMAT).

Todo empleador debe **adoptar** las **medidas necesarias** para **garantizar** los programas de **recreación, utilización del tiempo libre, descanso y turismo social**. (Encabezamiento del Art. 56 de la LOPCYMAT).

# CONDICIONES DE UN PROGRAMA RECREATIVO LABORAL

- ✓ **Integral:** No discrimina niveles de cargos, es decir, incluirá a todos los trabajadores y las trabajadoras: directivos, empleados, obreros, pasantes y becarios.
- ✓ **Participativo:** Los trabajadores y las trabajadoras deben intervenir en la planificación, selección de las actividades y ejecución de los programas, con la aprobación del Comité de Seguridad y Salud Laboral.
- ✓ **Variado:** Debe incluir actividades deportivas, culturales, recreativas y de turismo social, buscando la motivación y el entusiasmo en la masa trabajadora, lo cual redundará en una mayor participación.



# EL PROGRAMA RECREATIVO LABORAL P.R.L.

El Programa Recreativo Laboral (P.R.L.) contará con una programación de:

CUATRO (4)  
ACTIVIDADES  
RECREATIVAS

a ejecutarse  
a lo largo de



UN (1)  
AÑO

a razón de



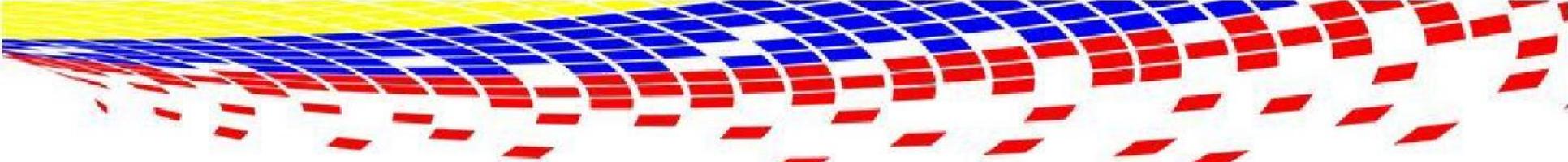
UNA (1)  
ACTIVIDAD  
POR  
TRIMESTRE

- Cultural
- Deportiva
- Recreativa
- Turismo Social

# Sujetos de Aplicación

Son sujetos de aplicación todos los trabajadores y las trabajadoras del sector público y privado: empleados, obreros, fijos, contratados, pasantes, tanto dependientes como no dependientes. (Artículo 4 de la LOPCYMAT).





# EL PROGRAMA RECREATIVO LABORAL (P.R.L.) EN 7 PASOS:

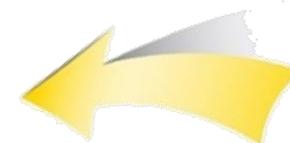
- 1. ASESORÍA** sobre el diseño del Programa Recreativo Laboral (P.R.L.)
- 2. PRESENTACIÓN DEL P.R.L.** ante el INCRET para su evaluación y **ACEPTACIÓN**, dentro de los 45 días continuos, luego de recibida la Asesoría.
- 3. EJECUCIÓN** de las actividades del Programa Recreativo Laboral (P.R.L.)
- 4. ENTREGA DE EVIDENCIAS** de ejecución de las actividades del Programa Recreativo Laboral (P.R.L.), de manera trimestral, dentro de los 30 días continuos siguientes a su realización.
- 5. EVALUACIÓN** de Evidencias de Cumplimiento de los componentes del Programa Recreativo Laboral (P.R.L.).
- 6. DIFUSIÓN** de los logros alcanzados con el Programa Recreativo Laboral (P.R.L.), por parte del Comité de Seguridad y Salud Laboral (CSSL).
- 7. CERTIFICACIÓN DEL CUMPLIMIENTO** del Programa Recreativo Laboral (PRL), por parte de la entidad o centro de trabajo.

# COMPONENTES DEL PROGRAMA RECREATIVO LABORAL

CULTURA



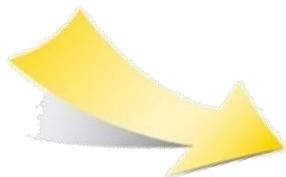
RECREACIÓN



TURISMO SOCIAL



DEPORTE



# COMPONENTES DEL PROGRAMA RECREATIVO LABORAL

CULTURA



**Actividades Culturales sugeridas para los trabajadores y trabajadoras:**

- ✓ Música:
  - Corales.
  - Grupos musicales.
  - Orquestas.
- ✓ Teatro o cine.
- ✓ Artes plásticas.

# COMPONENTES DEL PROGRAMA RECREATIVO LABORAL

## DEPORTE LABORAL



**Actividades Deportivas sugeridas para los trabajadores y trabajadoras:**

- ✓ Baloncesto
- ✓ Bolas Criollas
- ✓ Bowling
- ✓ Caminata o Maratón
- ✓ Voleibol
- ✓ Tenis de Mesa
- ✓ Pin-Pong
- ✓ Dominó y Ajedrez

# COMPONENTES DEL PROGRAMA RECREATIVO LABORAL

## RECREACIÓN INTEGRAL



**Actividades Recreativas sugeridas para los trabajadores y trabajadoras:**

- ✓ Yincanas, circuitos o rally.
- ✓ Bailoterapia y/o ritmoterapia.
- ✓ Juegos de mesa: bingo, damas.
- ✓ Karaoke.
- ✓ Yoga.
- ✓ Juegos Tradicionales.

# COMPONENTES DEL PROGRAMA RECREATIVO LABORAL

## TURISMO SOCIAL



**Actividades de Turismo Social sugeridas para los trabajadores y trabajadoras:**

- ✓ Visitas guiadas.
- ✓ Parques Nacionales.
- ✓ Sitios históricos.
- ✓ Playas, ríos o piscinas.

# PROPUESTA DE CRONOGRAMA DEL (P.R.L.)

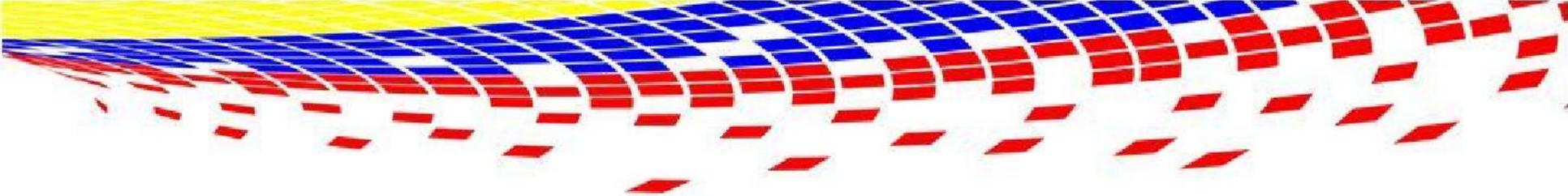
| Lapso         | Componentes    | Descripción Actividad  | Participantes  | Locación  | Fecha                           |
|---------------|----------------|--|--|---|---------------------------------|
| Trimestre I   | Deporte        | Encuentro Deportivo (softbol, bolas criollas y otras actividades deportivas no competitivas) | Todos los trabajadores   | Áreas descubiertas del Estadio xxxxxx.  | Sábado 19 de marzo de 2016      |
| Trimestre II  | Cultura        | Cine Foro  | Todos los trabajadores y su grupo familiar (esposa o concubina e hijos). | En espacio cerrado, dentro de las instalaciones de la empresa.                | Sábado 18 de junio de 2016      |
| Trimestre III | Turismo social | Paseo a las instalaciones del INCRET SOL.  | Todos los trabajadores y su grupo familiar (esposa o concubina e hijos). | INCRETSOL, Higuero, Estado Miranda (a 2 horas de la empresa aproximadamente). | Sábado 20 de agosto de 2016.    |
| Trimestre IV  | Recreación     | Circuito y yincanas (Obsequios o cotillones para los ganadores)                              | Todos los trabajadores y trabajadoras                                    | Espacios al aire libre dentro de las instalaciones de la empresa              | Sábado 10 de diciembre de 2016. |

# PROPÓSITOS Y BENEFICIOS

## DEL PROGRAMA RECREATIVO LABORAL (P.R.L.)

- ✓ Mejorar la salud física y mental (bienestar) de los trabajadores y las trabajadoras.
- ✓ Reducir los accidentes de trabajo y las enfermedades ocupacionales.
- ✓ Mejorar la calidad de vida de los trabajadores(as) y fomentar la integración familiar.
- ✓ Crear y fortalecer el trabajo en equipo y optimizar el clima organizacional.
- ✓ Fomentar la productividad de la entidad de trabajo. (Art. 104 de la LOPCYMAT).





# IMPORTANTE

Aquellas actividades donde exista consumo de **bebidas alcohólicas**, **apuestas o juegos de envite y azar**, las celebraciones del **Día del Padre**, de la **Madre**, del **Trabajador**, los **cumpleaños** del mes, la **Fiesta de Navidad** y de **Fin de Año**, aun y cuando se consideran actividades recreativas, no pueden ser Certificadas como actividades del P.R.L., ya que por su naturaleza son excluyentes.





**Trabajador (a) Empleador (a)**

**Toda Entidad de Trabajo debe desarrollar su**

**PROGRAMA RECREATIVO LABORAL**

**El INCRET te brinda de manera GRATUITA asesoría y orientación en cuanto a su formulación, diseño e implementación**