



Vicerrectorado de  
Igualdad, Inclusión y  
Compromiso Social

## Conclusiones sobre la I Jornada: La preparación a la jubilación del personal universitario

15/11/2024

Sensibilización UGR Solidaria

El lunes pasado se celebraron las I Jornadas de Preparación a la jubilación del personal universitario de la UGR en el espacio Breaker.

En ellas tuvimos la oportunidad de conocer y reflexionar sobre aspectos claves en la preparación a la jubilación centrados en la mejora del bienestar y la calidad de vida del personal de la Universidad de Granada. Para ello estuvieron presentes diversos profesionales de la psicología, el derecho y la educación proporcionando contenidos jurídicos sobre los apoyos que nos ofrece el sistema, entender cómo y cuándo solicitar la pensión de jubilación. A su vez conocer y reflexionar sobre los cambios biopsicosociales que se producen en dicha etapa y cómo prevenir y potenciar el nivel de salud física, mental y emocional, así como las oportunidades de participación y contribución a la sociedad potenciando una vida activa.

En sí las jornadas ha permitido ofrecer herramientas que permitan desenvolverse plenamente y afrontar con éxito esta etapa de la vida.

Todas las personas asistentes manifestaron la necesidad de ampliar la duración y frecuencia de este encuentro, así como seguir impulsando espacios en la universidad para la promoción de una jubilación activa y saludable.



