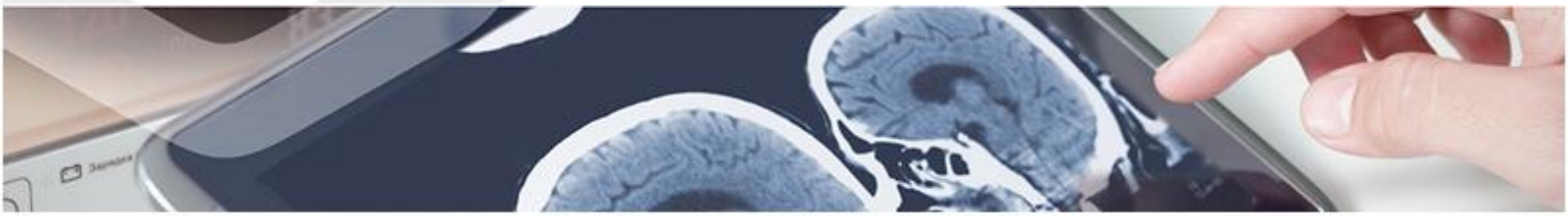
Terapia

Guía Personal ProyecTO Jubilación

Un grupo de investigadores ha desarrollado una herramienta formativa y práctica orientada a la planificación vital y a la promoción de un envejecimiento activo y saludable durante la transición a la jubilación.

Oficina de TRANSFERENCIA DE TECNOLOGÍA
Sistema Sanitario Público de Andalucía



Descripción

La Guía Personal ProyecTO Jubilación es una herramienta formativa y práctica basada en una metodología **estructurada** y **personalizada** que facilita la transición hacia una nueva **etapa vital saludable**, activa y significativa.

La herramienta combina ejercicios prácticos, autorreflexión, autoevaluación y orientación profesional para facilitar la elaboración de **un proyecto vital individualizado**, abordando aspectos relacionados con la salud, el bienestar emocional, las relaciones sociales, la ocupación significativa y la participación comunitaria.

La tecnología está concebida como **herramienta de apoyo a la preparación para la jubilación**, aplicable tanto en intervenciones individuales como grupales y disponible en formato impreso o digital.

Ventajas

- ✓ Metodología práctica, estructurada y personalizada.
- ✓ Enfoque integral biopsicosocial orientado al envejecimiento activo y saludable.
- ✓ Diseño visual accesible.

Propiedad Industrial/Intelectual

La presente invención está protegida por Registro de Propiedad Intelectual.

Objetivos

Este grupo de investigación está buscando establecer un acuerdo de licencia o un acuerdo de colaboración público-privado para el desarrollo de la tecnología.

Clasificación

- ✓ **Área**: Prevención y promoción de la salud.
- ✓ **Tecnología**: Herramienta formativa de planificación vital y preparación para la jubilación.
- ✓ **Ámbito de aplicación:** Geriatría, Gerontología.