1. TIPO DE INFORME	
INFORME PARCIAL ☐	INFORME FINAL [X]
Cuota Número 1	
2. ASPECTOS GENERALES DE CONTRATO Y SU EJECUCIÓN	
Contrato u Orden de compra y/o servicio o Aceptación de oferta No. 4137.010.26.1.569 - 2022.	
Nombre del contratista: SOPORTE ADMINISTRATIVO INTEGRAL S.A.S	
Documento de identificación del Contratista: NIT. 901.050.109-6	
Nombre (s) del supervisor (es): Jenny Isabel Vera Galvis	
Organismo: Departamento Administrativo de Desarrollo E Innovación Institucional	No. Teléfono: 6617248
Objeto del contrato u Orden de compra y/o servicio o Aceptación de oferta No.: 4137.010.26.1.569 de 2022 “REALIZACIÓN DE TALLERES A LOS SERVIDORES PÚBLICOS DEL DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURÍSTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS DE SANTIAGO DE CALI EN EL MARCO DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN AL PREJUBILADO”.	
3. INFORME JURÍDICO	
Fecha de Inicio	Fecha Terminación
14 de septiembre de 2022	14 de diciembre de 2022
Modificación al contrato: N/A	
Suspensión: N/A	
Reanudación: N/A	
Cesión: N/A	

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Terminación anticipada: N/A

4. INFORME CONTABLE Y FINANCIERO

Valor inicial del contrato: SESENTA Y OCHO MILLONES NOVECIENTOS MIL PESOS MCTE. ($68.900.000).

Adición: N/A

Prórroga: N/A

Resumen contable y financiero:

Valor Total del Contrato	Valor Cuota a Cancelar	Valor Acumulado Cancelado	Saldo por Cancelar
$68.900.000	$68.900.000	$0	$0

INFORMACIÓN DEL PAGO DE SEGURIDAD SOCIAL

PERSONA JURÍDICA:
FECHA DE CERTIFICACIÓN: 05 de diciembre de 2022
La certificación será expedida por el Revisor Fiscal o por Representante Legal de acuerdo a los requerimientos de Ley.

PERSONA NATURAL:
Datos Certificación o Planilla de Pago de persona Natural
No. Planilla:
No. PIN, Autorización, Referencia, Pago:
Operador:
Fecha de Pago:
Periodo de Pago de la Seguridad Social:

Observaciones al informe contable y financiero: (N/A).

5. INFORME TÉCNICO

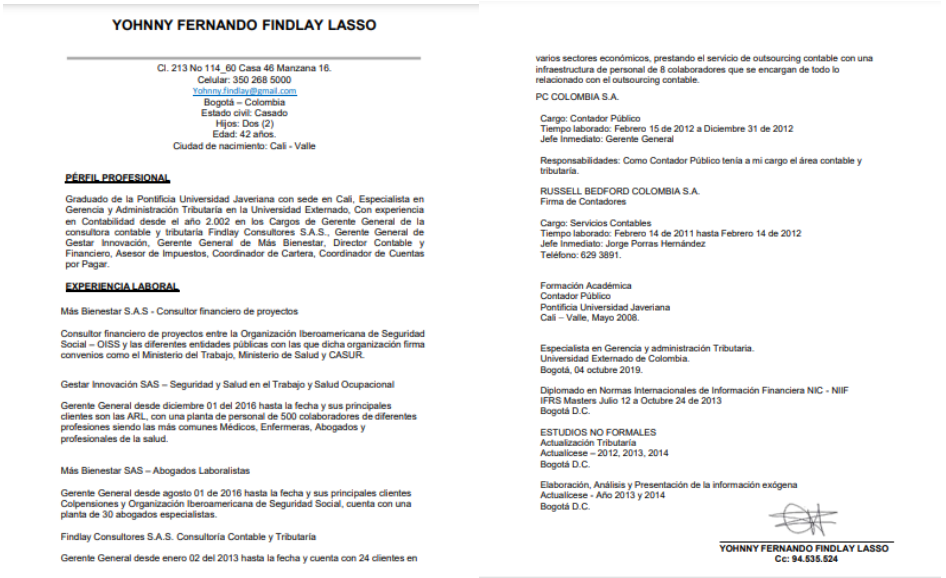
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

RECIBO A SATISFACCIÓN DE BIENES Y/O SERVICIOS:

Recibo a Satisfacción de Servicios: Con la firma del presente informe se deja constancia del recibo a satisfacción por parte del Distrito de Santiago De Cali – DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO DE DESARROLLO E INNOVACIÓN INSTITUCIONAL, de los servicios prestados pactados en el contrato No. 4137.010.26.1.569 de 2022 donde se verificó que el contratista cumplió con los resultados esperados y entregados de la siguiente forma:

1. El contratista debe mantener el personal mínimo ofertado y evaluado dentro del proceso de selección, de manera que el personal presentado en la propuesta debe ser el mismo que desarrolle el contrato, por lo tanto, si se requiere cambiar alguna de las personas, en la ejecución del contrato, es necesario contar con la previa autorización del Supervisor del Contrato y debe tener el mismo perfil, o superior al requerido en el proceso de selección.

El operador ha contado con el personal mínimo e idóneo para la ejecución del contrato como se presenta a continuación:



YOHNNY FERNANDO FINDLAY LASSO

Cl. 213 No 114_60 Casa 46 Manzana 16.
Celular: 350 268 5000
Yohnny.findlay@gmail.com
Bogotá – Colombia
Estado civil: Casado
Hijos: Dos (2)
Edad: 42 años.
Ciudad de nacimiento: Cali - Valle

PÉRFIL PROFESIONAL

Graduado de la Pontificia Universidad Javeriana con sede en Cali, Especialista en Gerencia y Administración Tributaria en la Universidad Externado, Con experiencia en Contabilidad desde el año 2.002 en los Cargos de Gerente General de la consultora contable y tributaria Findlay Consultores S.A.S., Gerente General de Gestar Innovación, Gerente General de Más Bienestar, Director Contable y Financiero, Asesor de Impuestos, Coordinador de Cartera, Coordinador de Cuentas por Pagar.

EXPERIENCIA LABORAL

Más Bienestar S.A.S - Consultor financiero de proyectos

Consultor financiero de proyectos entre la Organización Iberoamericana de Seguridad Social – OISS y las diferentes entidades públicas con las que dicha organización firma convenios como el Ministerio del Trabajo, Ministerio de Salud y CASUR.

Gestar Innovación SAS – Seguridad y Salud en el Trabajo y Salud Ocupacional

Gerente General desde diciembre 01 del 2016 hasta la fecha y sus principales clientes son las ARL, con una planta de personal de 500 colaboradores de diferentes profesiones siendo las más comunes Médicos, Enfermeras, Abogados y profesionales de la salud.

Más Bienestar SAS – Abogados Laboralistas

Gerente General desde agosto 01 de 2016 hasta la fecha y sus principales clientes Colpensiones y Organización Iberoamericana de Seguridad Social, cuenta con una planta de 30 abogados especialistas.

Findlay Consultores S.A.S. Consultoría Contable y Tributaria

Gerente General desde enero 02 del 2013 hasta la fecha y cuenta con 24 clientes en varios sectores económicos, prestando el servicio de outsourcing contable con una infraestructura de personal de 8 colaboradores que se encargan de todo lo relacionado con el outsourcing contable.

PC COLOMBIA S.A.

Cargo: Contador Público
Tiempo laborado: Febrero 15 de 2012 a Diciembre 31 de 2012
Jefe Inmediato: Gerente General

Responsabilidades: Como Contador Público tenía a mi cargo el área contable y tributaria.

RUSSELL BEDFORD COLOMBIA S.A.
Firma de Contadores

Cargo: Servicios Contables
Tiempo laborado: Febrero 14 de 2011 hasta Febrero 14 de 2012
Jefe Inmediato: Jorge Porras Hernández
Teléfono: 629 3891.

Formación Académica
Contador Público
Pontificia Universidad Javeriana
Cali – Valle, Mayo 2008.

Especialista en Gerencia y administración Tributaria.
Universidad Externado de Colombia.
Bogotá, 04 octubre 2019.

Diplomado en Normas Internacionales de Información Financiera NIC - NIIF
IFRS Masters Julio 12 a Octubre 24 de 2013
Bogotá D.C.

ESTUDIOS NO FORMALES
Actualización Tributaria
Actualícese – 2012, 2013, 2014
Bogotá D.C.

Elaboración, Análisis y Presentación de la información exógena
Actualícese - Año 2013 y 2014
Bogotá D.C.

YOHNNY FERNANDO FINDLAY LASSO
Cc: 94.535.524

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

HOJA DE VIDA



I. DATOS PERSONALES

Nombre: Mónica Elke López Sánchez
Documento de identidad: CE. 480521 Santiago de Cali.
Fecha de Nacimiento: 22 de noviembre 1984.
Lugar de Nacimiento: Ciudad de Panamá.
Estado Civil: Casada.
Dirección: Carrera 7N No. 42-21 Santiago de Cali, Valle del Cauca, Colombia
Celular: 318-3868373 / 316-2592448
e-mail: monyelk@hotmail.com

II. PERFÍL PROFESIONAL

Doctora en medicina y especialista en Medicina Familiar, con experiencia en actividades y programas de salud en atención primaria, detección de factores de riesgo, diagnóstico temprano, estrategias de prevención de enfermedades y esquemas terapéuticos oportunos enfocados a población sana y vulnerable.

Médico líder con experiencia en programas basados en promoción y prevención llevados a cabo a nivel asistencial según los lineamientos del ministerio de salud, manejo de enfermedades crónicas no transmisibles, programa de enfermedades infecciosas, programa materno infantil y seguimiento de adolescentes, manejo del dolor, cuidados paliativos no oncológico y manejo de paciente de alta complejidad.

Labores de tipo administrativas como auditoria de historias clínicas, garantizar la oportunidad de consulta médica general y especializada, pertinencia de estudios complementarios y esquemas terapéuticos farmacológicos y no farmacológicos, además, verificar la ejecución de las guías de diagnóstico y tratamientos en curso por la entidad de salud.

Desarrollo de actividades docentes dirigidas al personal de salud con el fin de fortalecer los conocimientos clínicos y farmacológicos, además, de socializar las Rutas Integrales de Atención en Salud y así optimizar la atención médica en el establecimiento de salud.

III. ESTUDIOS

Bachiller en ciencias:

Colegio Rodolfo Chiari en la ciudad de Aguadulce, Panamá.

Universitarios:

Doctora en Medicina, Escuela Latinoamericana de Medicina (ELAM), La Habana, Cuba 2004 – 2010.

Postgrado:

Especialidad Medicina Familiar, Universidad El Bosque, Bogotá DC., Colombia 2017 – 2020.

IV. EXPERIENCIA LABORAL

Sanidad de la Policía Nacional Cali, Valle del Cauca
Abril 2021.
Elaboración de Rutas de atención de Paciente de Riesgo cardiovascular según Guías de Prácticas Clínicas Colombiana, ADA, AHA, NVHA, KDIGO.
Desarrollo de actividades educativas dirigida a pacientes y familiares con Diabetes Mellitus insulinorequirente.
Programa de Riesgo cardiovascular: Control de pacientes de mediana y alta complejidad con factores de riesgo cardiovascular, como obesidad, dislipidemias, diabetes, hipertensión y enfermedad renal crónica estadios tempranos, teniendo en cuenta las metas terapéuticas a alcanzar, establecidos en guías de práctica clínicas del ministerio de salud, Rutas Integrales de Atención en Salud (RIAS) y asociación Colombiana de Cardiología.
Consulta Externa: Médico líder de Consulta externa en Unidad de Atención Primaria de salud atendiendo a pacientes con síndrome metabólico descompensados, enfermedades infecciosas y patologías que requieren resolución desde la atención primaria de salud, transversalidad y manejo multidisciplinario con el equipo de salud, además, realizo actividades de promoción y prevención en Salud como tamizaje y detección temprana de Cáncer Cervicouterino, Cáncer de Mama, Cáncer de Próstata y Cáncer de Colon e intervenciones en paciente para el cese de tabaquismo y Obesidad según Rutas Integrales de Atención en Salud RIAS por grupo etario establecido en Resolución 3280-2018.

Universidad Libre Seccional Cali, Valle del Cauca
Docente Universitaria desde el 13 octubre 2020.
Medico docente universitaria en la Universidad Libre Seccional Cali, Programa de Pregrado Medicina, realizando prácticas clínicas en el Hospital Departamental Mario Correa Rengifo.

Sanidad de la Policía Nacional Cali, Valle del Cauca
Médico General mayo 2014- junio 2017.

Programa de Riesgo cardiovascular: Seguimiento y control de pacientes con factores de riesgo cardiovascular, como obesidad, dislipidemia, diabetes, hipertensión y enfermedad renal crónica estadios tempranos, teniendo en cuenta las metas terapéuticas a alcanzar, establecidos en guías de práctica clínicas del ministerio de salud, Rutas Integrales de Atención en Salud (RIAS) y asociación Colombiana de Cardiología.
Consulta externa Medicina General: En Unidad de Atención Primaria de salud atendiendo a población en general que acude por alguna patología aguda donde realizaba, además, actividades de promocion y prevención en Salud como tamizaje y detección temprana de Cáncer Cervicouterino, Cáncer de Mama, Cáncer de Próstata y Cáncer de Colon, según RIAS.
Programas Control prenatal: Responsable Programa de Maternas identificando factores de riesgos prenatales para su abordaje oportuno a través del control, seguimiento y cumplimiento de las Rutas integrales de Atención en Salud procurando el bienestar materno fetal.

Ministerio de Salud de Panamá.
Proyecto de mejora de la equidad y desempeño en salud.
Médico General Julio 12 de 2013 - agosto 31 de 2013
Responsable de garantizar la atención médica a la población vulnerable de la localidad de Coclé, ejecutando acciones de promoción, prevención y rehabilitación a los pacientes de dicha zona.
Como médico integrante del proyecto, impulso y ejecuto los programas de atención materno infantil y de control enfermedades crónicas no transmisibles en las zonas rurales de más difícil acceso en la zona, cumpliendo los indicadores estadísticos que fueron meta para el programa.

Caja de Seguro Social.
Hospital Regional Dr. Rafael Estévez
Médico Interno abril 16 de 2012 – abril 15 2013
Realice segundo año de internado rotatorio en el distrito de Aguadulce, Coclé, Panamá.

Rotación en los servicios Medicina Interna, Pediatría, Ortopedia y Medicina Familiar, en donde trabajó en la parte asistencial de sala de hospitalización y en sala de urgencias médicas.

Ministerio de Salud de Panamá
Hospital Santo Tomas, Panamá.
Médico Interno marzo 01 de 2011 – febrero 29 de 2012
Primer año de internado rotatorio en cual realice rotaciones en los servicios de Gineco- Obstetricia, Cirugía General, Medicina Interna, Urgencias y Pediatría tanto en sala de hospitalización como en sala de urgencia médica.

V. Referencias Familiares

Consuelo Sánchez De López; Celular: (507) 66764616; Correo: limoncape@yahoo.com
Andrés Felipe Gutiérrez Labrador; Celular: 316 2592448; Correo: afgl13@yahoo.com
Alexander Labrador Escobar; Celular: 3105971685; Correo: allabrador@emcali.co.com

VI. Referencias Personales

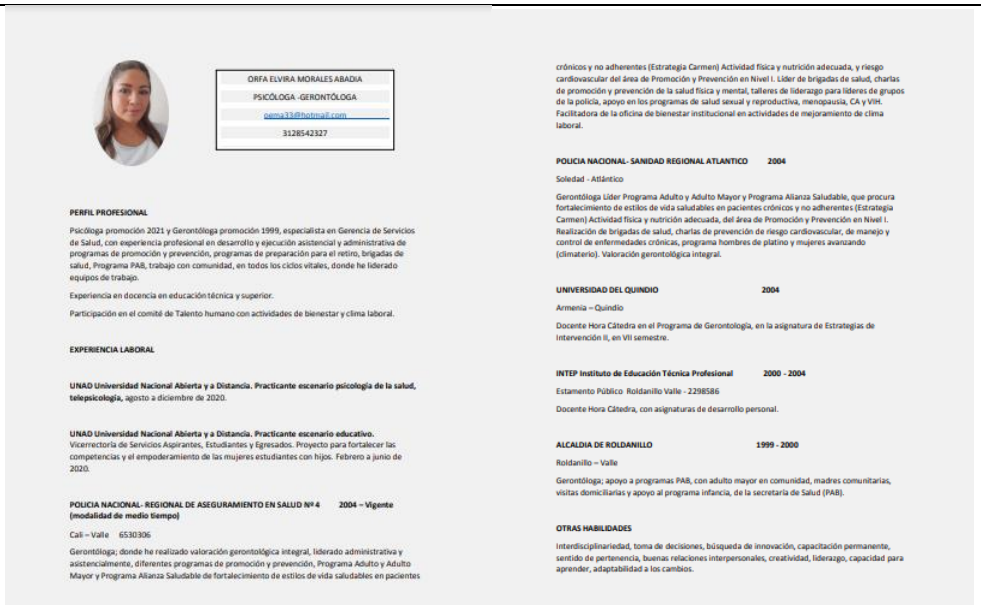
Dra. Diana Katherine Epia Silva
Especialista en Medicina Familiar y Especialista en Gerencia y Auditoria de la calidad en salud.
Cafam CAS Soacha
Celular: 3124617268
Correo: dianaepia@yahoo.com

Dra. Nancy Gineth Medina
Especialista en Medicina Familiar, Directora Médico Científico; Unidad Médica Central IPS
Celular: 3192513143
Correo: maginm2004@gmail.com

Dra. Martha Isabel Zúñiga
Especialista en Medicina Familiar, Sanidad PONAL.
Celular: 3058119379
Correo: aliera86@hotmail.com

Dra. Mónica Elke López Sánchez
CE: 480521
Especialista en Medicina Familiar
Reg. 763544

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



ORFA ELVIRA MORALES ABADIA
PSICÓLOGA -GERONTÓLOGA
oema33@hotmail.com
3128542327

PERFIL PROFESIONAL

Psicóloga promoción 2021 y Gerontóloga promoción 1999, especialista en Gerencia de Servicios de Salud, con experiencia profesional en desarrollo y ejecución asistencial y administrativa de programas de promoción y prevención, programas de preparación para el retiro, brigadas de salud, Programa PAB, trabajo con comunidad, en todos los ciclos vitales, donde he liderado equipos de trabajo.

Experiencia en docencia en educación técnica y superior.

Participación en el comité de Talento humano con actividades de bienestar y clima laboral.

EXPERIENCIA LABORAL

UNAD Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Practicante escenario psicología de la salud, telepsicología, agosto a diciembre de 2020.

UNAD Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Practicante escenario educativo. Vicerrectoría de Servicios Aspirantes, Estudiantes y Egresados. Proyecto para fortalecer las competencias y el empoderamiento de las mujeres estudiantes con hijos. Febrero a junio de 2020.

POLICIA NACIONAL- REGIONAL DE ASEGURAMIENTO EN SALUD Nº 4 2004 – Vigente (modalidad de medio tiempo)

Cali – Valle 6530306

Gerontóloga; donde he realizado valoración gerontológica integral, liderado administrativa y asistencialmente, diferentes programas de promoción y prevención, Programa Adulto y Adulto Mayor y Programa Alianza Saludable de fortalecimiento de estilos de vida saludables en pacientes crónicos y no adherentes (Estrategia Carmen) Actividad física y nutrición adecuada, y riesgo cardiovascular del área de Promoción y Prevención en Nivel I. Líder de brigadas de salud, charlas de promoción y prevención de la salud física y mental, talleres de liderazgo para líderes de grupos de la policía, apoyo en los programas de salud sexual y reproductiva, menopausia, CA y VIH. Facilitadora de la oficina de bienestar institucional en actividades de mejoramiento de clima laboral.

POLICIA NACIONAL- SANIDAD REGIONAL ATLANTICO 2004

Soledad - Atlántico

Gerontóloga Líder Programa Adulto y Adulto Mayor y Programa Alianza Saludable, que procura fortalecimiento de estilos de vida saludables en pacientes crónicos y no adherentes (Estrategia Carmen) Actividad física y nutrición adecuada, del área de Promoción y Prevención en Nivel I. Realización de brigadas de salud, charlas de prevención de riesgo cardiovascular, de manejo y control de enfermedades crónicas, programa hombres de platino y mujeres avanzando (climaterio). Valoración gerontológica integral.

UNIVERSIDAD DEL QUINDIO 2004

Armenia – Quindío

Docente Hora Cátedra en el Programa de Gerontología, en la asignatura de Estrategias de Intervención II, en VII semestre.

INTEP Instituto de Educación Técnica Profesional 2000 - 2004

Estamento Público Roldanillo Valle - 2298586

Docente Hora Cátedra, con asignaturas de desarrollo personal.

ALCALDIA DE ROLDANILLO 1999 - 2000

Roldanillo – Valle

Gerontóloga; apoyo a programas PAB, con adulto mayor en comunidad, madres comunitarias, visitas domiciliarias y apoyo al programa infancia, de la secretaría de Salud (PAB).

OTRAS HABILIDADES

Interdisciplinariedad, toma de decisiones, búsqueda de innovación, capacitación permanente, sentido de pertenencia, buenas relaciones interpersonales, creatividad, liderazgo, capacidad para aprender, adaptabilidad a los cambios.

OTROS ESTUDIOS

- ✓ **Curso de Abordaje integral en salud a víctimas de violencia basada en género y violencia sexual.** Dirección de Sanidad Policía Nacional, julio de 2021
- ✓ **Diplomado de control interno.** 80 horas, Escuela Superior de Administración Pública, julio de 2021
- ✓ **Diplomado "Acompañamiento Psicosocial en Escenarios de Violencia".** 480 Horas, UNAD (Universidad Nacional Abierta y a Distancia), abril de 2021
- ✓ **Taller "Capacitación y certificación en asesoría previa a la prueba voluntaria para VIH/SIDA (APV).**40 horas. Alcaldía de Santiago de Cali, septiembre de 2020
- ✓ **II Congreso Virtual Internacional en Discapacidad e Inclusión Una mirada desde la Salud Mental,** El Ministerio de Defensa de la República de Colombia y la Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO, septiembre de 2021
- ✓ **Curso de Administración de Recursos Humanos. 40 horas. SENA, mayo de 2017**
- ✓ **Curso de certificación de capacitación, sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo (SG-SST).**50 Horas, Positiva UMB virtual. Junio de 2017
- ✓ **Programa de Mejoramiento Continuo "Las 9 competencias".** 120 horas, Policía Nacional-Fundación Internacional Excelencia Personal, Cali. Diciembre de 2008.

REFERENCIAS

María Fernanda Gutiérrez
Enfermera
Tel. 3117454998

Ana Lucía Valenzuela
Nutricionista y dietista. Docente Universidad Javeriana Cali
Tel. 3176550393

Juliana Andrea Abadía
Gerente de tienda Dólar City
Tel. 3166279133

ORFA ELVIRA MORALES ABADIA
CC. 66872045 de Roldanillo Valle.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Yalena Alzate Cardona



DOCUMENTO C.C. 66.924.740 de Cali
FECHA NACIMIENTO Cali, 15 de junio de 1974
DIRECCIÓN Carrera 11 No. 50 – 54
TELÉFONO 319 4655366
E-M AIL yalzatecardona@gmail.com

Perfil Ocupacional

Trabajadora Social con 18 años de experiencia en: Orientación Individual, Familiar y Grupal, según las necesidades institucionales en: procesos de restablecimiento de derechos, programas de intervención psicosocial en deporte, salud, educación y comunidad, y en diversas actividades del área de Gestión Humana. En mi trayectoria laboral, los cargos desempeñados, han sido asumidos con alto nivel de compromiso y motivación al logro, disponibilidad para trabajo en equipo, adaptabilidad al cambio y aprendizaje continuo.

Estudios Realizados

- Universidad Santiago de Cali. **ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA INFANTIL**. 2018
- Universidad del Valle. **TRABAJADORA SOCIAL**. 2.005
- Universidad del Valle. Escuela de Trabajo Social. Diplomado **ATENCION A LA PAREJA Y A LA FAMILIA EN SITUACIONES ESPECIALES.** 2.005
- Universidad Libre Seccional Valle. Diplomado **ENFOQUES DE GESTION HUMANA.** 2.014
- Universidad de Manizales y Funlibre Eje Cafetero. Diplomado **GAMIFICACIÓN Y APRENDIZAJE EXPERIENCIAL PARA FORTALECIMIENTO DE COMPETENCIAS CIUDADANAS.** 2019

Experiencia Laboral

UNIDAD PRESTADORA DE SALUD VALLE DEL CAUCA – POLICIA NACIONAL
Trabajadora Social
Noviembre 23 de 2.020 – hasta la fecha
Funciones:
- Realización de charlas educativas
- Atención en crisis a policiales y familiares en casos de pérdida o duelo.
- Realizar consulta de orientación individual, familiar y de pareja
- Visita intrahospitalaria e intervención en crisis.
- Activación de rutas de atención y seguimiento de casos
- Participar en jornadas de capacitación interna
- Adelantar acciones de prevención y atención en Salud Mental
- Ejecución actividades Grupo de Apoyo pacientes con Alzheimer

MAS BIENESTAR
Consultora.
Mayo 2017- a la Fecha.
Funciones:
- Realización talleres de crecimiento personal
- Talleres de proyecto de vida.
- Realizar consulta de orientación individual, familiar y de pareja
- Taller de sensibilización familiar.
- Taller de liderazgo y trabajo en equipo.
- Taller de relaciones interpersonales
- Talleres sobre clima y cultura organizacional.
- Ejecución actividades Grupo de Apoyo pacientes con Alzheimer

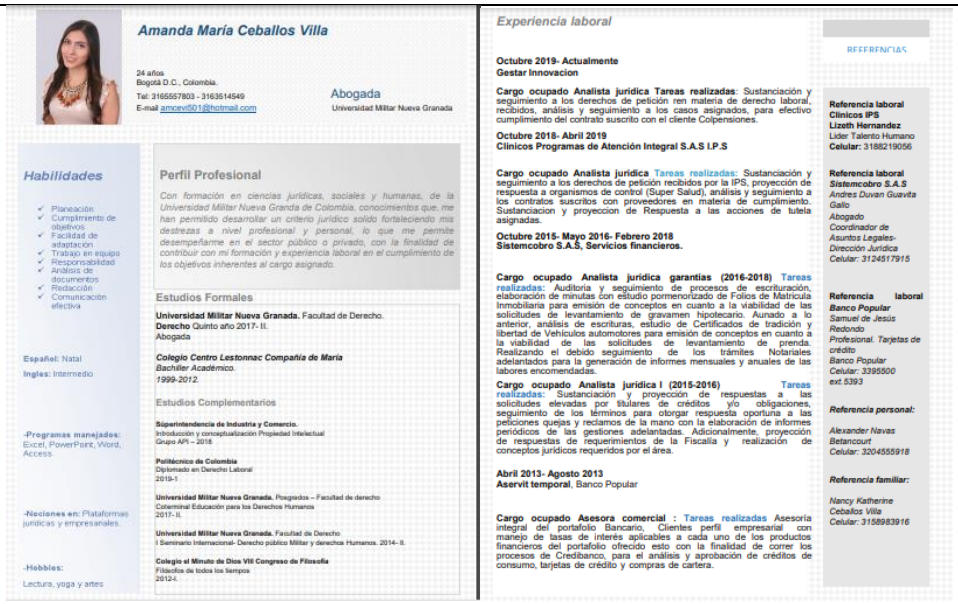
Secretaria del Deporte y Recreación de Santiago de Cali – Área EDUCAR: Programa MI COMUNIDAD ES ESCUELA
Profesional de Apoyo Psicosocial
Septiembre 01 de 2.017 – Diciembre 31 de 2.019
Jefe inmediato: Natalia Saray Carreño Tel: 317-6797393
Funciones:
- Aportar en el diseño e implementación de Propuesta de Intervención Psicosocial
- Apoyar las estrategias de planeación, seguimiento y evaluación del proceso de la Propuesta de Intervención Psicosocial
- Participar en mesas de trabajo de articulación interinstitucionales
- Promover y ejecutar jornadas de capacitación al personal y equipos de trabajo
- Apoyar estrategias de acompañamiento y seguimiento de equipos de trabajo
- Atención en situaciones particulares

Secretaria del Deporte y Recreación de Santiago de Cali - Programa DEPORVIDA
Dinamizadora Social
Enero 02 de 2.017 – Agosto 31 de 2.017
Jefe inmediato: Luz Angela Echeverry Tel: 313-6858749
Funciones:
- Aportar en la construcción e implementación de la propuesta metodológica en el área psicosocial
- Realizar capacitación, orientación y acompañamiento a monitores deportivos
- Ejecutar talleres de Escuelad de padres
- Apoyar las estrategias de planeación, seguimiento y evaluación del proceso de la Propuesta de Intervención Psicosocial

ONG "CRECER EN FAMILIA" – Programa Hogares de Paso
Coordinadora Hogar de Paso Santa Isabel
Abril 01 de 2.013 hasta Diciembre 31 de 2.016
Jefe inmediato: Ana Lucía Ortiz Picón Tel: 316-8692939
Funciones:
- Ejecución talleres de escuela de padres.
- Realizar visitas domiciliarias, entrevistas y emitir conceptos para el proceso
- Orientación e intervención individual y grupal
- Talleres educativos dirigidos a los adolescentes
- Promover el análisis y abordaje de situaciones acontecidas con población atendida
- Liderar la organización de procesos administrativos internos del hogar de paso
- Promover y facilitar la participación del equipo de trabajo en los procesos formativos que conducen a la cualificación del recurso humano
- Implementar y gestionar acciones de seguimiento de procesos de restablecimiento de derechos ante autoridades competentes (ICBF, Comisarías de Familia).

ONG "CRECER EN FAMILIA" – Programa Hogares de Paso
Trabajadora Social Hogar de Paso Santa Isabel
Julio 12 de 2.012 - Marzo 31 de 2.013
Jefe inmediato: Ana Lucía Ortiz Picón Tel: 316-8692939
Funciones:
- Ejecución talleres de escuela de padres.
- Realizar visitas domiciliarias, entrevistas y emitir conceptos para el proceso
- Orientación e intervención individual y grupal
- Talleres educativos dirigidos a los adolescentes
- Promover el análisis y abordaje de situaciones acontecidas con población atendida
- Implementar y gestionar acciones de seguimiento de procesos de restablecimiento de derechos ante autoridades competentes (ICBF, Comisarías de Familia).

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



Amanda María Ceballos Villa

24 años
Bogotá D.C., Colombia.
Tel: 3165557803 - 3163514549
E-mail amcevi501@hotmail.com

Abogada
Universidad Militar Nueva Granada

Habilidades

- Planeación
- Cumplimiento de objetivos
- Facilidad de adaptación
- Trabajo en equipo
- Responsabilidad
- Análisis de documentos
- Redacción
- Comunicación efectiva

Español: Natal
Ingles: Intermedio

-Programas manejados: Excel, PowerPoint, Word, Access

-Nociones en: Plataformas jurídicas y empresariales.

-Hobbies:
Lectura, yoga y artes

Perfil Profesional

Con formación en ciencias jurídicas, sociales y humanas, de la Universidad Militar Nueva Granda de Colombia, conocimientos que, me han permitido desarrollar un criterio jurídico solido fortaleciendo mis destrezas a nivel profesional y personal, lo que me permite desempeñarme en el sector público o privado, con la finalidad de contribuir con mi formación y experiencia laboral en el cumplimiento de los objetivos inherentes al cargo asignado.

Estudios Formales

Universidad Militar Nueva Granada. Facultad de Derecho.
Derecho Quinto año 2017- II.
Abogada

Colegio Centro Lestonnac Compañía de María
Bachiller Académico
1999-2012.

Estudios Complementarios

Superintendencia de Industria y Comercio.
Introducción y conceptualización Propiedad Intelectual
Grupo API – 2018

Politécnico de Colombia
Diplomado en Derecho Laboral
2019-1

Universidad Militar Nueva Granada. Posgrados – Facultad de derecho
Coterminal Educación para los Derechos Humanos
2017- II.

Universidad Militar Nueva Granada. Facultad de Derecho
I Seminario Internacional- Derecho público Militar y derechos Humanos. 2014- II.

Colegio el Minuto de Dios VIII Congreso de Filosofía
Filósofos de todos los tiempos
2012-1.

Experiencia laboral

Octubre 2019- Actualmente
Gestar Innovacion

Cargo ocupado Analista jurídica Tareas realizadas: Sustanciación y seguimiento a los derechos de petición ren materia de derecho laboral, recibidos, análisis y seguimiento a los casos asignados, para efectivo cumplimiento del contrato suscrito con el cliente Colpensiones.

Octubre 2018- Abril 2019
Clinicos Programas de Atención Integral S.A.S I.P.S

Cargo ocupado Analista jurídica Tareas realizadas: Sustanciación y seguimiento a los derechos de petición recibidos por la IPS, proyección de respuesta a organismos de control (Super Salud), análisis y seguimiento a los contratos suscritos con proveedores en materia de cumplimiento. Sustanciacion y proyeccion de Respuesta a las acciones de tutela asignadas.

Octubre 2015- Mayo 2016- Febrero 2018
Sistemcobro S.A.S, Servicios financieros.

Cargo ocupado Analista jurídica garantias (2016-2018) Tareas realizadas: Auditoria y seguimiento de procesos de escrituración, elaboración de minutas con estudio pormenorizado de Folios de Matricula Inmobiliaria para emisión de conceptos en cuanto a la viabilidad de las solicitudes de levantamiento de gravamen hipotecario. Aunado a lo anterior, análisis de escrituras, estudio de Certificados de tradición y libertad de Vehículos automotores para emisión de conceptos en cuanto a la viabilidad de las solicitudes de levantamiento de prenda. Realizando el debido seguimiento de los trámites Notariales adelantados para la generación de informes mensuales y anuales de las labores encomendadas.

Cargo ocupado Analista jurídica I (2015-2016) Tareas realizadas: Sustanciación y proyección de respuestas a las solicitudes elevadas por titulares de créditos y/o obligaciones, seguimiento de los términos para otorgar respuesta oportuna a las peticiones quejas y reclamos de la mano con la elaboración de informes periódicos de las gestiones adelantadas. Adicionalmente, proyección de respuestas de requerimientos de la Fiscalía y realización de conceptos jurídicos requeridos por el área.

Abril 2013- Agosto 2013
Aservit temporal, Banco Popular

Cargo ocupado Asesora comercial : Tareas realizadas Asesoría integral del portafolio Bancario, Clientes perfil empresarial con manejo de tasas de interés aplicables a cada uno de los productos financieros del portafolio ofrecido esto con la finalidad de correr los procesos de Credibanco, para el análisis y aprobación de créditos de consumo, tarjetas de crédito y compras de cartera.

REFERENCIAS

Referencia laboral
Clinicos IPS
Lizeth Hernandez
Lider Talento Humano
Celular: 3188219056

Referencia laboral
Sistemcobro S.A.S
Andres Duvan Guavita Gallo
Abogado
Coordinador de Asuntos Legales- Dirección Jurídica
Celular: 3124517915

Referencia laboral
Banco Popular
Samuel de Jesús Redondo
Profesional. Tarjetas de crédito
Banco Popular
Celular: 3395500 ext 5393

Referencia personal:

Alexander Navas Betancourt
Celular: 3204555918

Referencia familiar:

Nancy Katherine Ceballos Villa
Celular: 3158983916

MARIA ELICENIA ARCE SALAS

Psicóloga
Santiago de Cali, 24 de Noviembre de 1.980
Calle 55 # 99-250 Bloque 2 Apto 202
Conjunto Remansos de Lili
Tel.3170174 Cel. 317-5731112
e-mail: marces@unbosque.edu.co

Psicóloga, con experiencia labores administrativas, organización, actividades de Promoción y mantenimiento de la Salud Mental en los diferentes ciclos vitales. Además, Especialista en Deporte y ejercicio desde el año 2020, trabajando con clavadista de selección Valle y Colombia.
Cualidades como el alto grado de confiabilidad, honestidad, responsabilidad y entrega en las labores a desempeñar, buenas relaciones interpersonales, capacidad para mediar en conflictos, trabajo en equipo, habilidades en sistemas, manejo asertivo y proactivo de las dificultades que se presentan, capacidad para trabajar con normativas, vocación de servicio y gusto por el trabajo comunitario, iniciativa, recursividad.

ESTUDIOS REALIZADOS

Especialización en Psicología Deportiva
Universidad El Bosque
Bogotá, Septiembre 2020.

Psicología
Universidad Cooperativa de Colombia
Jornada Nocturna, 2.008, Santiago de Cali.

Técnico en Ingeniería de Sistemas
Fundación CCED, 2.001 Técnico. Santiago de Cali.

Bienestar Social de la Policía Quindío, 1.989 Bachiller, Armenia-Quindío

OTROS ESTUDIOS

Curso Virtual "salud mental en atención primaria – basado en el programa de ccion para superar las brechas en salud mental (mhGAP), Universidad de Caldas, Telesalud. 72 horas Noviembre de 2021.

Curso Virtual "telemedicina", universidad de Calda,Telesalud, 40 horas.

Curso virtual "Atención integral a las victimas de violencia Sexual", universidad de Caldas, Telesalud. 98 horas. Octubre de 2020.

Capacitación Virtual "Generalidades de MhGAP", Guía de Intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias en el nivel de atención de la salud no especializada. 40 Horas virtuales, Septiembre de 2018.

Diplomado en Psicología Clínica y de la Salud, Universidad Cooperativa de Colombia Cali, 120 horas, Marzo de 2018.

Taller de capacitación, entrenamiento y certificación en atención integral en salud para víctimas de violencia sexual, 40 horas teórico-práctico, Secretaria de Salud Departamental del Valle del Cauca, 28 de Julio de 2017.

Certificación de Capacitación, Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, Positiva Compañía de Seguros S.A, 50 horas, 27 de Julio de 2017.

Capacitación Virtual de Humanización de los Servicios, Sena Regional Bolivar, intensidad horaria de 40 Horas. 2016.

Asistencia al 1er simposio psicología Clínica y de la Salud, intervención en crisis y Primeros Auxilios psicológicos (PAP). 01 Octubre de 2016 intensidad de 10 horas. Fundación Valle del Lili

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Curso sobre el Componente Comunitario de la Estrategia AIEPI dirigido a profesionales de Salud, realizado por la Secretaria de Salud Pública Municipal de Cali, agosto de 2016, 16 horas.

Diplomado Virtual en el manejo de la mujer víctima de violencia sexual. 29 Mayo de 2016, 120 horas. Politécnico mayor.

Seminario de formación e intervención en salud mental social comunitario, Diciembre de 2015. 100 horas, Secretaria de salud Pública Municipal Cali.

Curso de primeros Auxilios, 19 de Julio de 2014. 40 horas. Cruz Roja Colombiana Seccional Valle del Cauca.

Participación en ciclo de conferencias mensuales sobre los nuevos componentes de la Estrategia AIEPI. Diciembre de 2013. 16 Horas. Secretaria de Salud Pública Municipal.

Asistencia a II simposio Nacional de seguridad del paciente, 15 Noviembre de 2013. 10 horas. Secretaria de Salud Pública Municipal.

Taller de Asesoría pre y post prueba para VIH-SIDA, Septiembre de 2013, 40 horas. Liga Colombiana de lucha contra el SIDA y COPRECOS Colombia.

Seminario infecciones de transmisión sexual VIH/SIDA con enfoque desde lo diferencial. 28 Agosto de 2013. Secretaria de Salud Pública Municipal.

Taller municipal reducción de estigma y discriminación en VIH, 22 Febrero de 2.013. 8 horas. Mecanismo Coordinador del País MCP.

Taller de capacitación, entrenamiento y certificación en asesoría para la prueba voluntaria del VIH (APV). 24 horas, Secretaria de Salud Departamental.

Seminario: Dificultades del aprendizaje escolar. 4 horas. 7 Mayo de 2011. Proexcel.

Diplomado
Estrategias comunitarias para la prevención del consumo de sustancias psicoactivas y la violencia juvenil, 160 horas. Junio de 2010.Corporación caminos.

Diplomado
Investigación en Crisis Familiares
Universidad Cooperativa de Colombia, Julio 22 de 2.008

REFERENCIAS LABORALES

Policía Nacional Dirección de Sanidad Seccional Valle
Cargos desempeñados: Líder Salud Mental Regional 4, líder Modelo Atención Integral en Salud, Consulta externa, Programa Medico Domiciliario, psicóloga promoción de la Salud y Mantenimiento de la enfermedad, psicóloga programa actividad física.

Funciones a Cargo:

- ✓ Promover la salud mental, prevenir la aparición de la enfermedad, mejorar el acceso, cobertura y calidad de la atención del trastorno mental y de problemas relacionados con el comportamiento con especial énfasis en conducta suicida, violencia intrafamiliar, trastorno mental, uso de sustancias psicoactivas y trastorno por estrés postraumático.
- ✓ El programa Medico Domiciliario POMED, orientado a brindar atención bajo la modalidad de servicio extramural a usuarios en condiciones de salud específicas tales como patologías terminales, crónicas, invalides o degenerativas con un equipo interdisciplinario que permita generar con el núcleo familiar una mejor calidad de vida para los pacientes, cumpliendo con estándares de accesibilidad, seguridad, pertinencia, oportunidad y continuidad que garanticen adherencia a cada uno de los tratamientos formulados y/o cuidados necesarios, brindando una mejor calidad de vida. "Instructivo 015 de 2016."

Jefe Directo: Intendente Andrés Felipe Quiñonez
Tiempo Laborad: 08 Marzo de 2012 Actual
Teléfono: 3158069092

Personalizado
Psicóloga especialista en deporte y ejercicio
Entrenamiento psicológico a Santiago Solorzano Basto, clavadista selección Valle y Colombia, subcampeón suramericano, en preparación al campeonato nacional interclubes e interligas en categoría infantil.

Juan Camilo Duque Arce
Entrenador Indervalle categoría infantil de clavados
Tiempo laboral: 2020-2021
Teléfono:3165763708

Centro de Estimulación Familiar Creciendo Juntos
Cargo desempeñado: Psicóloga
Funciones a Cargo: intervención con adultos y niños.

Participar en la atención educativa al desarrollo desde las primeras etapas de la vida. Detectar y prevenir a efectos socio-educativos las discapacidades e inadaptaciones funcionales, psíquicas y sociales. Realizar evaluación psico-educativa referida a la valoración de las capacidades personales, grupales e institucionales en relación a los objetivos de la educación y también al análisis del funcionamiento de las situaciones educativas. Intervenciones tanto en asesoramiento a agentes educativos (educadores, padres, etc) como en el desarrollo de programas específicos: educación para la salud, educación afectivo-sexual, prevención de las drogo-dependencias y de los proyectos ligados en general a la transversalidad (educación de valores, educación no sexista).

Jefe Directo: Erika Carolina Arce Salas
Tiempo Laborado: Enero 2.010 a Abril de 2012
Teléfono: 317-5711107

Fundación Avanzar Social
Cargo desempeñado: Psicóloga
Funciones a cargo: Asesoría Psicológica en proyecto "COMPLEMENTACION EN PROYECTO DE ADULTO MAYOR BENEFICIARIO PPSAN, PNAM Y OTROS VULNERABLES DE SANTIAGO DE CALI".
Jefe Directo: German Mendoza
Tiempo Laborado: Abril 05 de 2.010
Teléfono: 3250196 3802460

Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC
Cargo desempeñado: Psicóloga, Área de Tratamiento y Desarrollo
Funciones a cargo: Desarrollar y proponer programas de promoción, prevención y tratamiento a la población interna que posibilite la estructuración de un proyecto de vida, ofreciendo oportunidades de

Fundación Mundial Amigos de Colombia "FUDMACOL"
Cargo Desempeñado. Psicóloga
Funciones a cargo: psicóloga, asesora y orientadora en negociación y resolución de conflictos, trabajo en equipo, liderazgo y convivencia social, en proyectos sociales, culturales y comunitarios, enfocados al adulto mayor.
Jefe directo. Richard Rodrigo Rodriguez
Tel. 3951997

Fundación Jubilados Pensionados Emcali
Cargo desempeñado: Secretaria
Funciones a cargo: Recepción y realización de correspondencia y llamadas telefónicas, cobro y recepción de donaciones, realizar pagos a proveedores, nómina, realizar cotizaciones para eventos sociales o turísticos.
Jefe Directo: Inés Pineda Duque, Directora Ejecutiva
Tiempo Laborado: Noviembre 01 de 2001 a Diciembre 30 de 2.006
Teléfono: 3163412063-3163293058

REFERENCIAS PERSONALES

Julio Cesar Camacho Bedoya
Ingeniero Industrial, Team Líder de procesos Especiales en COCA COLA FEMS, Cali
Teléfono: 317-6826993

Andrés Mauricio Rubianes Ceballos
Coordinador de Riesgos y Seguridad de la Información
Cámara de Comercio de Cali
Teléfono: 886 13 00 Ext. 485. Cel. 311-300 95 12

Teniente Coronel Delio Franco Vargas
Oficial Policía Nacional
Teléfono: 3146935698

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Declaro bajo gravedad de juramento que todo lo consignado es verídico y si se requiere presentaré todos los documentos que sean necesarios.

MARIA ELICENIA ARCE SALAS (Noviembre 2021)
C.C 41.948.034 Armenia

2. Cumplir con los requisitos establecidos en las especificaciones técnicas para la logística de la realización de las 20 sesiones, de las cuales 16 sesiones son en espacio cerrado y 4 sesiones en espacio abierto, discriminadas así:

Grupos	Número de personas por grupo	Sesiones Espacio cerrados	Sesiones espacio abierto	Total, sesiones
1	25	8	2	10
2	25	8	2	10

Nota: Para las sesiones en espacio abierto será un total de 100 personas, teniendo en cuenta que cada participante irá en compañía de un acompañante.

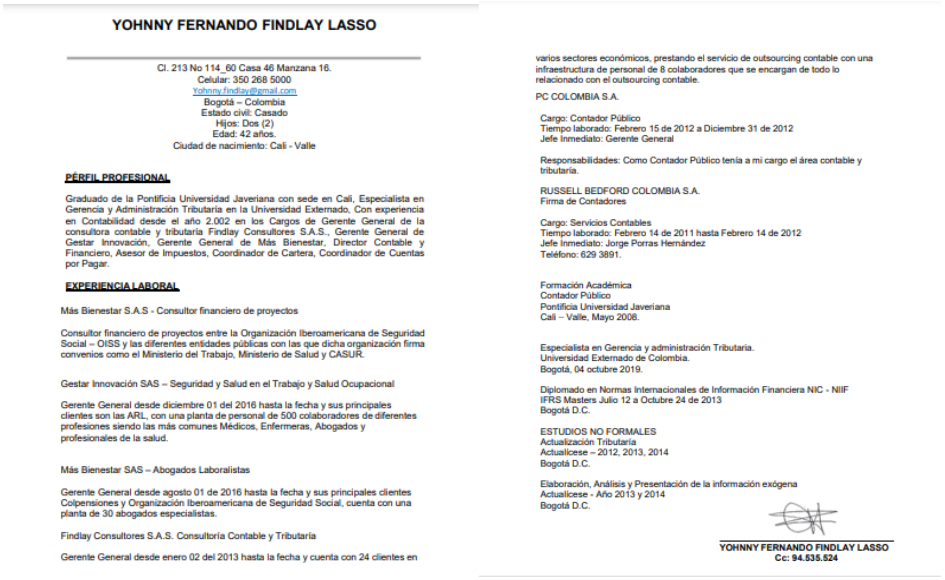
El operador cumplió con las especificaciones técnicas para la logística de las sesiones requeridas como se expone a continuación:

TALLERES

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

a. El proponente debe tener un equipo multidisciplinario mínimo de 3 personas orientado a programas de crecimiento y desarrollo del factor humano en organizaciones, que hayan ejecutado procesos de intervención gerontológica desarrollados en empresas y/o comunidades con el propósito de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de las personas próximas a retirarse.

El proponente conformó un equipo multidisciplinario como se hace evidente en el punto 1 de este informe. El cual cumplió con los requerimientos necesarios para la ejecución del presente contrato.



YOHNNY FERNANDO FINDLAY LASSO

Cl. 213 No 114_60 Casa 46 Manzana 16.
Celular: 350 268 5000
Yohnny.findlay@gmail.com
Bogotá – Colombia
Estado civil: Casado
Hijos: Dos (2)
Edad: 42 años.
Ciudad de nacimiento: Cali - Valle

PÉRFIL PROFESIONAL

Graduado de la Pontificia Universidad Javeriana con sede en Cali, Especialista en Gerencia y Administración Tributaria en la Universidad Externado, Con experiencia en Contabilidad desde el año 2.002 en los Cargos de Gerente General de la consultora contable y tributaria Findlay Consultores S.A.S., Gerente General de Gestar Innovación, Gerente General de Más Bienestar, Director Contable y Financiero, Asesor de Impuestos, Coordinador de Cartera, Coordinador de Cuentas por Pagar.

EXPERIENCIA LABORAL

Más Bienestar S.A.S - Consultor financiero de proyectos

Consultor financiero de proyectos entre la Organización Iberoamericana de Seguridad Social – OISS y las diferentes entidades públicas con las que dicha organización firma convenios como el Ministerio del Trabajo, Ministerio de Salud y CASUR.

Gestar Innovación SAS – Seguridad y Salud en el Trabajo y Salud Ocupacional

Gerente General desde diciembre 01 del 2016 hasta la fecha y sus principales clientes son las ARL, con una planta de personal de 500 colaboradores de diferentes profesiones siendo las más comunes Médicos, Enfermeras, Abogados y profesionales de la salud.

Más Bienestar SAS – Abogados Laboralistas

Gerente General desde agosto 01 de 2016 hasta la fecha y sus principales clientes Colpensiones y Organización Iberoamericana de Seguridad Social, cuenta con una planta de 30 abogados especialistas.

Findlay Consultores S.A.S. Consultoría Contable y Tributaria

Gerente General desde enero 02 del 2013 hasta la fecha y cuenta con 24 clientes en varios sectores económicos, prestando el servicio de outsourcing contable con una infraestructura de personal de 8 colaboradores que se encargan de todo lo relacionado con el outsourcing contable.

PC COLOMBIA S.A.

Cargo: Contador Público
Tiempo laborado: Febrero 15 de 2012 a Diciembre 31 de 2012
Jefe Inmediato: Gerente General

Responsabilidades: Como Contador Público tenía a mi cargo el área contable y tributaria.

RUSSELL BEDFORD COLOMBIA S.A.
Firma de Contadores

Cargo: Servicios Contables
Tiempo laborado: Febrero 14 de 2011 hasta Febrero 14 de 2012
Jefe Inmediato: Jorge Porras Hernández
Teléfono: 629 3891.

Formación Académica
Contador Público
Pontificia Universidad Javeriana
Cali – Valle, Mayo 2008.

Especialista en Gerencia y administración Tributaria.
Universidad Externado de Colombia.
Bogotá, 04 octubre 2019.

Diplomado en Normas Internacionales de Información Financiera NIC - NIIF
IFRS Masters Julio 12 a Octubre 24 de 2013
Bogotá D.C.

ESTUDIOS NO FORMALES
Actualización Tributaria
Actualícese – 2012, 2013, 2014
Bogotá D.C.

Elaboración, Análisis y Presentación de la información exógena
Actualícese - Año 2013 y 2014
Bogotá D.C.

YOHNNY FERNANDO FINDLAY LASSO
Cc: 94.535.524

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

HOJA DE VIDA



I. DATOS PERSONALES

Nombre: Mónica Elke López Sánchez
Documento de identidad: CE. 480521 Santiago de Cali.
Fecha de Nacimiento: 22 de noviembre 1984.
Lugar de Nacimiento: Ciudad de Panamá.
Estado Civil: Casada.
Dirección: Carrera 7N No. 42-21 Santiago de Cali, Valle del Cauca, Colombia
Celular: 318-3868373 / 316-2592448
e-mail: monyelk@hotmail.com

II. PERFÍL PROFESIONAL

Doctora en medicina y especialista en Medicina Familiar, con experiencia en actividades y programas de salud en atención primaria, detección de factores de riesgo, diagnóstico temprano, estrategias de prevención de enfermedades y esquemas terapéuticos oportunos enfocados a población sana y vulnerable.

Médico líder con experiencia en programas basados en promoción y prevención llevados a cabo a nivel asistencial según los lineamientos del ministerio de salud, manejo de enfermedades crónicas no transmisibles, programa de enfermedades infecciosas, programa materno infantil y seguimiento de adolescentes, manejo del dolor, cuidados paliativos no oncológico y manejo de paciente de alta complejidad.

Labores de tipo administrativas como auditoria de historias clínicas, garantizar la oportunidad de consulta médica general y especializada, pertinencia de estudios complementarios y esquemas terapéuticos farmacológicos y no farmacológicos, además, verificar la ejecución de las guías de diagnóstico y tratamientos en curso por la entidad de salud.

Desarrollo de actividades docentes dirigidas al personal de salud con el fin de fortalecer los conocimientos clínicos y farmacológicos, además, de socializar las Rutas Integrales de Atención en Salud y así optimizar la atención médica en el establecimiento de salud.

III. ESTUDIOS

Bachiller en ciencias:

Colegio Rodolfo Chiari en la ciudad de Aguadulce, Panamá.

Universitarios:

Doctora en Medicina, Escuela Latinoamericana de Medicina (ELAM), La Habana, Cuba 2004 – 2010.

Postgrado:

Especialidad Medicina Familiar, Universidad El Bosque, Bogotá DC., Colombia 2017 – 2020.

IV. EXPERIENCIA LABORAL

Sanidad de la Policía Nacional Cali, Valle del Cauca
Abril 2021.
Elaboración de Rutas de atención de Paciente de Riesgo cardiovascular según Guías de Prácticas Clínicas Colombiana, ADA, AHA, NVHA, KDIGO.
Desarrollo de actividades educativas dirigida a pacientes y familiares con Diabetes Mellitus insulinorequirente.
Programa de Riesgo cardiovascular: Control de pacientes de mediana y alta complejidad con factores de riesgo cardiovascular, como obesidad, dislipidemias, diabetes, hipertensión y enfermedad renal crónica estadios tempranos, teniendo en cuenta las metas terapéuticas a alcanzar, establecidos en guías de práctica clínicas del ministerio de salud, Rutas Integrales de Atención en Salud (RIAS) y asociación Colombiana de Cardiología.
Consulta Externa: Médico líder de Consulta externa en Unidad de Atención Primaria de salud atendiendo a pacientes con síndrome metabólico descompensados, enfermedades infecciosas y patologías que requieren resolución desde la atención primaria de salud, transversalidad y manejo multidisciplinario con el equipo de salud, además, realizo actividades de promoción y prevención en Salud como tamizaje y detección temprana de Cáncer Cervicouterino, Cáncer de Mama, Cáncer de Próstata y Cáncer de Colon e intervenciones en paciente para el cese de tabaquismo y Obesidad según Rutas Integrales de Atención en Salud RIAS por grupo etario establecido en Resolución 3280-2018.

Universidad Libre Seccional Cali, Valle del Cauca
Docente Universitaria desde el 13 octubre 2020.
Medico docente universitaria en la Universidad Libre Seccional Cali, Programa de Pregrado Medicina, realizando prácticas clínicas en el Hospital Departamental Mario Correa Rengifo.

Sanidad de la Policía Nacional Cali, Valle del Cauca
Médico General mayo 2014- junio 2017.

Programa de Riesgo cardiovascular: Seguimiento y control de pacientes con factores de riesgo cardiovascular, como obesidad, dislipidemia, diabetes, hipertensión y enfermedad renal crónica estadios tempranos, teniendo en cuenta las metas terapéuticas a alcanzar, establecidos en guías de práctica clínicas del ministerio de salud, Rutas Integrales de Atención en Salud (RIAS) y asociación Colombiana de Cardiología.
Consulta externa Medicina General: En Unidad de Atención Primaria de salud atendiendo a población en general que acude por alguna patología aguda donde realizaba, además, actividades de promocion y prevención en Salud como tamizaje y detección temprana de Cáncer Cervicouterino, Cáncer de Mama, Cáncer de Próstata y Cáncer de Colon, según RIAS.
Programas Control prenatal: Responsable Programa de Maternas identificando factores de riesgos prenatales para su abordaje oportuno a través del control, seguimiento y cumplimiento de las Rutas integrales de Atención en Salud procurando el bienestar materno fetal.

Ministerio de Salud de Panamá.
Proyecto de mejora de la equidad y desempeño en salud.
Médico General Julio 12 de 2013 - agosto 31 de 2013
Responsable de garantizar la atención médica a la población vulnerable de la localidad de Coclé, ejecutando acciones de promoción, prevención y rehabilitación a los pacientes de dicha zona.
Como médico integrante del proyecto, impulso y ejecuto los programas de atención materno infantil y de control enfermedades crónicas no transmisibles en las zonas rurales de más difícil acceso en la zona, cumpliendo los indicadores estadísticos que fueron meta para el programa.

Caja de Seguro Social.
Hospital Regional Dr. Rafael Estévez
Médico Interno abril 16 de 2012 – abril 15 2013
Realice segundo año de internado rotatorio en el distrito de Aguadulce, Coclé, Panamá.

Rotación en los servicios Medicina Interna, Pediatría, Ortopedia y Medicina Familiar, en donde trabajó en la parte asistencial de sala de hospitalización y en sala de urgencias médicas.

Ministerio de Salud de Panamá
Hospital Santo Tomas, Panamá.
Médico Interno marzo 01 de 2011 – febrero 29 de 2012
Primer año de internado rotatorio en cual realice rotaciones en los servicios de Gineco- Obstetricia, Cirugía General, Medicina Interna, Urgencias y Pediatría tanto en sala de hospitalización como en sala de urgencia médica.

V. Referencias Familiares

Consuelo Sánchez De López; Celular: (507) 66764616; Correo: limonceape@yahoo.com
Andrés Felipe Gutiérrez Labrador; Celular: 316 2592448; Correo: afg113@yahoo.com
Alexander Labrador Escobar; Celular: 3105971685; Correo: allabrador@emcali.co.com

VI. Referencias Personales

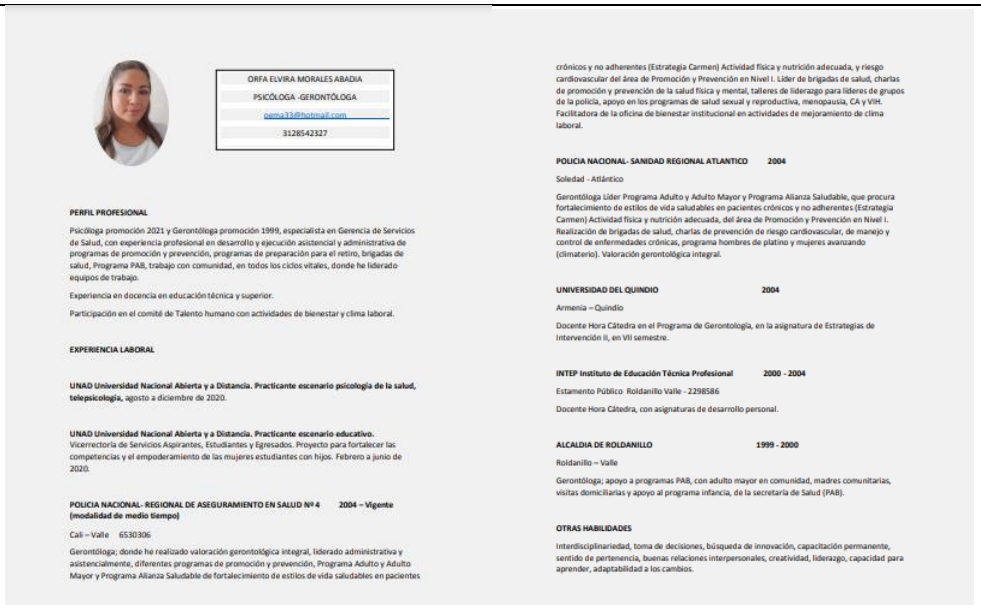
Dra. Diana Katherine Epia Silva
Especialista en Medicina Familiar y Especialista en Gerencia y Auditoria de la calidad en salud.
Cafam CAS Soacha
Celular: 3124617268
Correo: dianaepia@yahoo.com

Dra. Nancy Gineth Medina
Especialista en Medicina Familiar, Directora Médico Científico; Unidad Médica Central IPS
Celular: 3192513143
Correo: nagime2004@gmail.com

Dra. Martha Isabel Zúñiga
Especialista en Medicina Familiar, Sanidad PONAL.
Celular: 3058119379
Correo: aliera86@hotmail.com

Dra. Mónica Elke López Sánchez
CE: 480521
Especialista en Medicina Familiar
Reg. 763544

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



ORFA ELVIRA MORALES ABADIA
PSICÓLOGA -GERONTÓLOGA
oema33@hotmail.com
3128542327

PERFIL PROFESIONAL

Psicóloga promoción 2021 y Gerontóloga promoción 1999, especialista en Gerencia de Servicios de Salud, con experiencia profesional en desarrollo y ejecución asistencial y administrativa de programas de promoción y prevención, programas de preparación para el retiro, brigadas de salud, Programa PAB, trabajo con comunidad, en todos los ciclos vitales, donde he liderado equipos de trabajo.

Experiencia en docencia en educación técnica y superior.

Participación en el comité de Talento humano con actividades de bienestar y clima laboral.

EXPERIENCIA LABORAL

UNAD Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Practicante escenario psicología de la salud, telepsicología, agosto a diciembre de 2020.

UNAD Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Practicante escenario educativo. Vicerrectoría de Servicios Aspirantes, Estudiantes y Egresados. Proyecto para fortalecer las competencias y el empoderamiento de las mujeres estudiantes con hijos. Febrero a junio de 2020.

POLICIA NACIONAL- REGIONAL DE ASEGURAMIENTO EN SALUD Nº 4 2004 – Vigente (modalidad de medio tiempo)

Cali – Valle 6530306

Gerontóloga; donde he realizado valoración gerontológica integral, liderado administrativa y asistencialmente, diferentes programas de promoción y prevención, Programa Adulto y Adulto Mayor y Programa Alianza Saludable de fortalecimiento de estilos de vida saludables en pacientes crónicos y no adherentes (Estrategia Carmen) Actividad física y nutrición adecuada, y riesgo cardiovascular del área de Promoción y Prevención en Nivel I. Líder de brigadas de salud, charlas de promoción y prevención de la salud física y mental, talleres de liderazgo para líderes de grupos de la policía, apoyo en los programas de salud sexual y reproductiva, menopausia, CA y VIH. Facilitadora de la oficina de bienestar institucional en actividades de mejoramiento de clima laboral.

POLICIA NACIONAL- SANIDAD REGIONAL ATLANTICO 2004

Soledad - Atlántico

Gerontóloga Líder Programa Adulto y Adulto Mayor y Programa Alianza Saludable, que procura fortalecimiento de estilos de vida saludables en pacientes crónicos y no adherentes (Estrategia Carmen) Actividad física y nutrición adecuada, del área de Promoción y Prevención en Nivel I. Realización de brigadas de salud, charlas de prevención de riesgo cardiovascular, de manejo y control de enfermedades crónicas, programa hombres de platino y mujeres avanzando (climaterio). Valoración gerontológica integral.

UNIVERSIDAD DEL QUINDIO 2004

Armenia – Quindío

Docente Hora Cátedra en el Programa de Gerontología, en la asignatura de Estrategias de Intervención II, en VII semestre.

INTEP Instituto de Educación Técnica Profesional 2000 - 2004

Estamento Público Roldanillo Valle - 2298586

Docente Hora Cátedra, con asignaturas de desarrollo personal.

ALCALDIA DE ROLDANILLO 1999 - 2000

Roldanillo – Valle

Gerontóloga; apoyo a programas PAB, con adulto mayor en comunidad, madres comunitarias, visitas domiciliarias y apoyo al programa infancia, de la secretaría de Salud (PAB).

OTRAS HABILIDADES

Interdisciplinariedad, toma de decisiones, búsqueda de innovación, capacitación permanente, sentido de pertenencia, buenas relaciones interpersonales, creatividad, liderazgo, capacidad para aprender, adaptabilidad a los cambios.

OTROS ESTUDIOS

- ✓ **Curso de Abordaje integral en salud a víctimas de violencia basada en género y violencia sexual.** Dirección de Sanidad Policía Nacional, julio de 2021
- ✓ **Diplomado de control interno.** 80 horas, Escuela Superior de Administración Pública, julio de 2021
- ✓ **Diplomado "Acompañamiento Psicosocial en Escenarios de Violencia".** 480 Horas, UNAD (Universidad Nacional Abierta y a Distancia), abril de 2021
- ✓ **Taller "Capacitación y certificación en asesoría previa a la prueba voluntaria para VIH/SIDA (APV).**40 horas. Alcaldía de Santiago de Cali, septiembre de 2020
- ✓ **II Congreso Virtual Internacional en Discapacidad e Inclusión Una mirada desde la Salud Mental,** El Ministerio de Defensa de la República de Colombia y la Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO, septiembre de 2021
- ✓ **Curso de Administración de Recursos Humanos. 40 horas. SENA, mayo de 2017**
- ✓ **Curso de certificación de capacitación, sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo (SG-SST).**50 Horas, Positiva UMB virtual. Junio de 2017
- ✓ **Programa de Mejoramiento Continuo "Las 9 competencias".** 120 horas, Policía Nacional-Fundación Internacional Excelencia Personal, Cali. Diciembre de 2008.

REFERENCIAS

María Fernanda Gutiérrez
Enfermera
Tel. 3117454998

Ana Lucía Valenzuela
Nutricionista y dietista. Docente Universidad Javeriana Cali
Tel. 3176550393

Juliana Andrea Abadía
Gerente de tienda Dólar City
Tel. 3166279133

ORFA ELVIRA MORALES ABADIA
CC. 66872045 de Roldanillo Valle.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Yalena Alzate Cardona



DOCUMENTO C.C. 66.924.740 de Cali
FECHA NACIMIENTO Cali, 15 de junio de 1974
DIRECCIÓN Carrera 11 No. 50 – 54
TELÉFONO 319 4655366
E-M AIL yalzatecardona@gmail.com

Perfil Ocupacional

Trabajadora Social con 18 años de experiencia en: Orientación Individual, Familiar y Grupal, según las necesidades institucionales en: procesos de restablecimiento de derechos, programas de intervención psicosocial en deporte, salud, educación y comunidad, y en diversas actividades del área de Gestión Humana. En mi trayectoria laboral, los cargos desempeñados, han sido asumidos con alto nivel de compromiso y motivación al logro, disponibilidad para trabajo en equipo, adaptabilidad al cambio y aprendizaje continuo.

Estudios Realizados

- Universidad Santiago de Cali. **ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA INFANTIL**. 2018
- Universidad del Valle. **TRABAJADORA SOCIAL**. 2.005
- Universidad del Valle. Escuela de Trabajo Social. Diplomado **ATENCION A LA PAREJA Y A LA FAMILIA EN SITUACIONES ESPECIALES.** 2.005
- Universidad Libre Seccional Valle. Diplomado **ENFOQUES DE GESTION HUMANA.** 2.014
- Universidad de Manizales y Funlibre Eje Cafetero. Diplomado **GAMIFICACIÓN Y APRENDIZAJE EXPERIENCIAL PARA FORTALECIMIENTO DE COMPETENCIAS CIUDADANAS.** 2019

Experiencia Laboral

UNIDAD PRESTADORA DE SALUD VALLE DEL CAUCA – POLICIA NACIONAL
Trabajadora Social
Noviembre 23 de 2.020 – hasta la fecha
Funciones:
- Realización de charlas educativas
- Atención en crisis a policiales y familiares en casos de pérdida o duelo.
- Realizar consulta de orientación individual, familiar y de pareja
- Visita intrahospitalaria e intervención en crisis.
- Activación de rutas de atención y seguimiento de casos
- Participar en jornadas de capacitación interna
- Adelantar acciones de prevención y atención en Salud Mental
- Ejecución actividades Grupo de Apoyo pacientes con Alzheimer

MAS BIENESTAR
Consultora.
Mayo 2017- a la Fecha.
Funciones:
- Realización talleres de crecimiento personal
- Talleres de proyecto de vida.
- Realizar consulta de orientación individual, familiar y de pareja
- Taller de sensibilización familiar.
- Taller de liderazgo y trabajo en equipo.
- Taller de relaciones interpersonales
- Talleres sobre clima y cultura organizacional.
- Ejecución actividades Grupo de Apoyo pacientes con Alzheimer

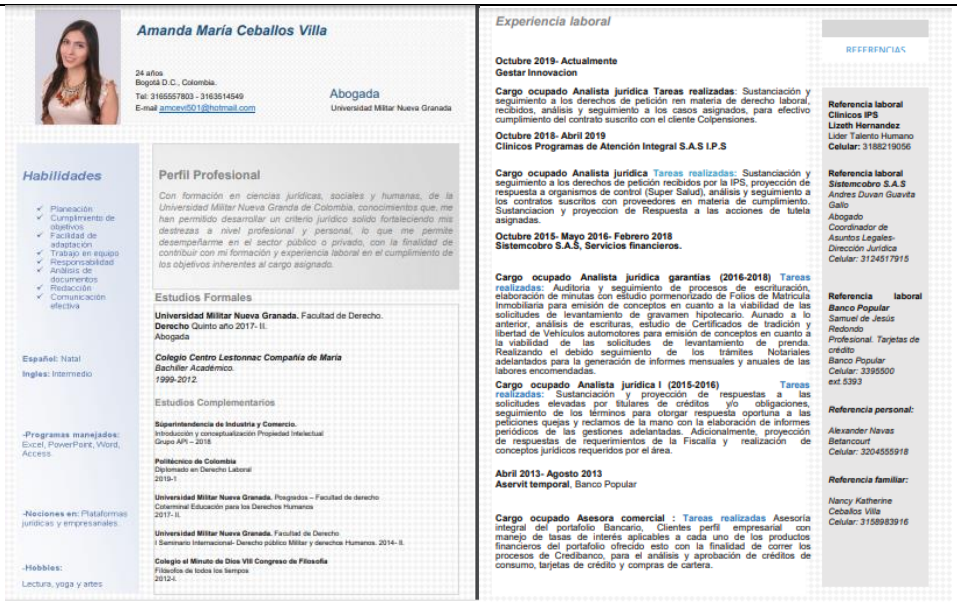
Secretaría del Deporte y Recreación de Santiago de Cali – Área EDUCAR: Programa MI COMUNIDAD ES ESCUELA
Profesional de Apoyo Psicosocial
Septiembre 01 de 2.017 – Diciembre 31 de 2.019
Jefe inmediato: Natalia Saray Carreño Tel: 317-6797393
Funciones:
- Aportar en el diseño e implementación de Propuesta de Intervención Psicosocial
- Apoyar las estrategias de planeación, seguimiento y evaluación del proceso de la Propuesta de Intervención Psicosocial
- Participar en mesas de trabajo de articulación interinstitucionales
- Promover y ejecutar jornadas de capacitación al personal y equipos de trabajo
- Apoyar estrategias de acompañamiento y seguimiento de equipos de trabajo
- Atención en situaciones particulares

Secretaría del Deporte y Recreación de Santiago de Cali - Programa DEPORVIDA
Dinamizadora Social
Enero 02 de 2.017 – Agosto 31 de 2.017
Jefe inmediato: Luz Angela Echeverry Tel: 313-6858749
Funciones:
- Aportar en la construcción e implementación de la propuesta metodológica en el área psicosocial
- Realizar capacitación, orientación y acompañamiento a monitores deportivos
- Ejecutar talleres de Escuelad de padres
- Apoyar las estrategias de planeación, seguimiento y evaluación del proceso de la Propuesta de Intervención Psicosocial

ONG "CRECER EN FAMILIA" – Programa Hogares de Paso
Coordinadora Hogar de Paso Santa Isabel
Abril 01 de 2.013 hasta Diciembre 31 de 2.016
Jefe inmediato: Ana Lucía Ortiz Picón Tel: 316-8692939
Funciones:
- Ejecución talleres de escuela de padres.
- Realizar visitas domiciliarias, entrevistas y emitir conceptos para el proceso
- Orientación e intervención individual y grupal
- Talleres educativos dirigidos a los adolescentes
- Promover el análisis y abordaje de situaciones acontecidas con población atendida
- Liderar la organización de procesos administrativos internos del hogar de paso
- Promover y facilitar la participación del equipo de trabajo en los procesos formativos que conducen a la cualificación del recurso humano
- Implementar y gestionar acciones de seguimiento de procesos de restablecimiento de derechos ante autoridades competentes (ICBF, Comisarías de Familia).

ONG "CRECER EN FAMILIA" – Programa Hogares de Paso
Trabajadora Social Hogar de Paso Santa Isabel
Julio 12 de 2.012 - Marzo 31 de 2.013
Jefe inmediato: Ana Lucía Ortiz Picón Tel: 316-8692939
Funciones:
- Ejecución talleres de escuela de padres.
- Realizar visitas domiciliarias, entrevistas y emitir conceptos para el proceso
- Orientación e intervención individual y grupal
- Talleres educativos dirigidos a los adolescentes
- Promover el análisis y abordaje de situaciones acontecidas con población atendida
- Implementar y gestionar acciones de seguimiento de procesos de restablecimiento de derechos ante autoridades competentes (ICBF, Comisarías de Familia).

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



Amanda María Ceballos Villa

24 años
Bogotá D.C., Colombia.
Tel: 3165557803 - 3163514549
E-mail amcevi501@hotmail.com

Abogada
Universidad Militar Nueva Granada

Habilidades

- Planeación
- Cumplimiento de objetivos
- Facilidad de adaptación
- Trabajo en equipo
- Responsabilidad
- Análisis de documentos
- Redacción
- Comunicación efectiva

Español: Natal
Ingles: Intermedio

-Programas manejados: Excel, PowerPoint, Word, Access

-Nociones en: Plataformas jurídicas y empresariales.

-Hobbies:
Lectura, yoga y artes

Perfil Profesional

Con formación en ciencias jurídicas, sociales y humanas, de la Universidad Militar Nueva Granda de Colombia, conocimientos que, me han permitido desarrollar un criterio jurídico solido fortaleciendo mis destrezas a nivel profesional y personal, lo que me permite desempeñarme en el sector público o privado, con la finalidad de contribuir con mi formación y experiencia laboral en el cumplimiento de los objetivos inherentes al cargo asignado.

Estudios Formales

Universidad Militar Nueva Granada. Facultad de Derecho.
Derecho Quinto año 2017- II.
Abogada

Colegio Centro Lestonnac Compañía de María
Bachiller Académico
1999-2012.

Estudios Complementarios

Superintendencia de Industria y Comercio.
Introducción y conceptualización Propiedad Intelectual
Grupo API – 2018

Politécnico de Colombia
Diplomado en Derecho Laboral
2019-1

Universidad Militar Nueva Granada. Posgrados – Facultad de derecho
Coterminal Educación para los Derechos Humanos
2017- II.

Universidad Militar Nueva Granada. Facultad de Derecho
I Seminario Internacional- Derecho público Militar y derechos Humanos. 2014- II.

Colegio el Minuto de Dios VIII Congreso de Filosofía
Filósofos de todos los tiempos
2012-1.

Experiencia laboral

Octubre 2019- Actualmente
Gestar Innovacion

Cargo ocupado Analista jurídica Tareas realizadas: Sustanciación y seguimiento a los derechos de petición ren materia de derecho laboral, recibidos, análisis y seguimiento a los casos asignados, para efectivo cumplimiento del contrato suscrito con el cliente Colpensiones.

Octubre 2018- Abril 2019
Clinicos Programas de Atención Integral S.A.S I.P.S

Cargo ocupado Analista jurídica Tareas realizadas: Sustanciación y seguimiento a los derechos de petición recibidos por la IPS, proyección de respuesta a organismos de control (Super Salud), análisis y seguimiento a los contratos suscritos con proveedores en materia de cumplimiento. Sustanciacion y proyeccion de Respuesta a las acciones de tutela asignadas.

Octubre 2015- Mayo 2016- Febrero 2018
Sistemcobro S.A.S, Servicios financieros.

Cargo ocupado Analista jurídica garantías (2016-2018) Tareas realizadas: Auditoria y seguimiento de procesos de escrituración, elaboración de minutas con estudio pormenorizado de Folios de Matrícula Inmobiliaria para emisión de conceptos en cuanto a la viabilidad de las solicitudes de levantamiento de gravamen hipotecario. Aunado a lo anterior, análisis de escrituras, estudio de Certificados de tradición y libertad de Vehículos automotores para emisión de conceptos en cuanto a la viabilidad de las solicitudes de levantamiento de prenda. Realizando el debido seguimiento de los trámites Notariales adelantados para la generación de informes mensuales y anuales de las labores encomendadas.

Cargo ocupado Analista jurídica I (2015-2016) Tareas realizadas: Sustanciación y proyección de respuestas a las solicitudes elevadas por titulares de créditos y/o obligaciones, seguimiento de los términos para otorgar respuesta oportuna a las peticiones quejas y reclamos de la mano con la elaboración de informes periódicos de las gestiones adelantadas. Adicionalmente, proyección de respuestas de requerimientos de la Fiscalía y realización de conceptos jurídicos requeridos por el área.

Abril 2013- Agosto 2013
Aservit temporal, Banco Popular

Cargo ocupado Asesora comercial : Tareas realizadas Asesoría integral del portafolio Bancario, Clientes perfil empresarial con manejo de tasas de interés aplicables a cada uno de los productos financieros del portafolio ofrecido esto con la finalidad de correr los procesos de Credibanco, para el análisis y aprobación de créditos de consumo, tarjetas de crédito y compras de cartera.

REFERENCIAS

Referencia laboral
Clinicos IPS
Lizeth Hernandez
Lider Talento Humano
Celular: 3188219056

Referencia laboral
Sistemcobro S.A.S
Andres Duvan Guavita Gallo
Abogado
Coordinador de Asuntos Legales-Dirección Jurídica
Celular: 3124517915

Referencia laboral
Banco Popular
Samuel de Jesús Redondo
Profesional. Tarjetas de crédito
Banco Popular
Celular: 3395500 ext 5393

Referencia personal:

Alexander Navas Betancourt
Celular: 3204555918

Referencia familiar:

Nancy Katherine Ceballos Villa
Celular: 3158983916

MARIA ELICENIA ARCE SALAS

Psicóloga
Santiago de Cali, 24 de Noviembre de 1.980
Calle 55 # 99-250 Bloque 2 Apto 202
Conjunto Remansos de Lili
Tel.3170174 Cel. 317-5731112
e-mail: marces@unbosque.edu.co

Psicóloga, con experiencia labores administrativas, organización, actividades de Promoción y mantenimiento de la Salud Mental en los diferentes ciclos vitales. Además, Especialista en Deporte y ejercicio desde el año 2020, trabajando con clavadista de selección Valle y Colombia.
Cualidades como el alto grado de confiabilidad, honestidad, responsabilidad y entrega en las labores a desempeñar, buenas relaciones interpersonales, capacidad para mediar en conflictos, trabajo en equipo, habilidades en sistemas, manejo asertivo y proactivo de las dificultades que se presentan, capacidad para trabajar con normativas, vocación de servicio y gusto por el trabajo comunitario, iniciativa, recursividad.

ESTUDIOS REALIZADOS

Especialización en Psicología Deportiva
Universidad El Bosque
Bogotá, Septiembre 2020.

Psicología
Universidad Cooperativa de Colombia
Jornada Nocturna, 2.008, Santiago de Cali.

Técnico en Ingeniería de Sistemas
Fundación CCED, 2.001 Técnico. Santiago de Cali.

Bienestar Social de la Policía Quindío, 1.989 Bachiller, Armenia-Quindío

OTROS ESTUDIOS

Curso Virtual "salud mental en atención primaria – basado en el programa de ccion para superar las brechas en salud mental (mhGAP), Universidad de Caldas, Telesalud. 72 horas Noviembre de 2021.

Curso Virtual "telemedicina", universidad de Calda,Telesalud, 40 horas.

Curso virtual "Atención integral a las victimas de violencia Sexual", universidad de Caldas, Telesalud. 98 horas. Octubre de 2020.

Capacitación Virtual "Generalidades de MhGAP", Guía de Intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias en el nivel de atención de la salud no especializada. 40 Horas virtuales, Septiembre de 2018.

Diplomado en Psicología Clínica y de la Salud, Universidad Cooperativa de Colombia Cali, 120 horas, Marzo de 2018.

Taller de capacitación, entrenamiento y certificación en atención integral en salud para víctimas de violencia sexual, 40 horas teórico-práctico, Secretaria de Salud Departamental del Valle del Cauca, 28 de Julio de 2017.

Certificación de Capacitación, Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, Positiva Compañía de Seguros S.A, 50 horas, 27 de Julio de 2017.

Capacitación Virtual de Humanización de los Servicios, Sena Regional Bolívar, intensidad horaria de 40 Horas. 2016.

Asistencia al 1er simposio psicología Clínica y de la Salud, intervención en crisis y Primeros Auxilios psicológicos (PAP). 01 Octubre de 2016 intensidad de 10 horas. Fundación Valle del Lili

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Curso sobre el Componente Comunitario de la Estrategia AIEPI dirigido a profesionales de Salud, realizado por la Secretaria de Salud Pública Municipal de Cali, agosto de 2016, 16 horas.

Diplomado Virtual en el manejo de la mujer víctima de violencia sexual. 29 Mayo de 2016, 120 horas. Politécnico mayor.

Seminario de formación e intervención en salud mental social comunitario, Diciembre de 2015. 100 horas, Secretaria de salud Pública Municipal Cali.

Curso de primeros Auxilios, 19 de Julio de 2014. 40 horas. Cruz Roja Colombiana Seccional Valle del Cauca.

Participación en ciclo de conferencias mensuales sobre los nuevos componentes de la Estrategia AIEPI. Diciembre de 2013. 16 Horas. Secretaria de Salud Pública Municipal.

Asistencia a II simposio Nacional de seguridad del paciente, 15 Noviembre de 2013. 10 horas. Secretaria de Salud Pública Municipal.

Taller de Asesoría pre y post prueba para VIH-SIDA, Septiembre de 2013, 40 horas. Liga Colombiana de lucha contra el SIDA y COPRECOS Colombia.

Seminario infecciones de transmisión sexual VIH/SIDA con enfoque desde lo diferencial. 28 Agosto de 2013. Secretaria de Salud Pública Municipal.

Taller municipal reducción de estigma y discriminación en VIH, 22 Febrero de 2.013. 8 horas. Mecanismo Coordinador del País MCP.

Taller de capacitación, entrenamiento y certificación en asesoría para la prueba voluntaria del VIH (APV). 24 horas, Secretaria de Salud Departamental.

Seminario: Dificultades del aprendizaje escolar. 4 horas. 7 Mayo de 2011. Proexcel.

Diplomado
Estrategias comunitarias para la prevención del consumo de sustancias psicoactivas y la violencia juvenil, 160 horas. Junio de 2010.Corporación caminos.

Diplomado
Investigación en Crisis Familiares
Universidad Cooperativa de Colombia, Julio 22 de 2.008

REFERENCIAS LABORALES

Policía Nacional Dirección de Sanidad Seccional Valle
Cargos desempeñados: Líder Salud Mental Regional 4, líder Modelo Atención Integral en Salud, Consulta externa, Programa Medico Domiciliario, psicóloga promoción de la Salud y Mantenimiento de la enfermedad, psicóloga programa actividad física.

Funciones a Cargo:

- ✓ Promover la salud mental, prevenir la aparición de la enfermedad, mejorar el acceso, cobertura y calidad de la atención del trastorno mental y de problemas relacionados con el comportamiento con especial énfasis en conducta suicida, violencia intrafamiliar, trastorno mental, uso de sustancias psicoactivas y trastorno por estrés postraumático.
- ✓ El programa Medico Domiciliario POMED, orientado a brindar atención bajo la modalidad de servicio extramural a usuarios en condiciones de salud específicas tales como patologías terminales, crónicas, invalides o degenerativas con un equipo interdisciplinario que permita generar con el núcleo familiar una mejor calidad de vida para los pacientes, cumpliendo con estándares de accesibilidad, seguridad, pertinencia, oportunidad y continuidad que garanticen adherencia a cada uno de los tratamientos formulados y/o cuidados necesarios, brindando una mejor calidad de vida. "Instructivo 015 de 2016."

Jefe Directo: Intendente Andrés Felipe Quiñonez
Tiempo Laborad: 08 Marzo de 2012 Actual
Teléfono: 3158069092

Personalizado
Psicóloga especialista en deporte y ejercicio
Entrenamiento psicológico a Santiago Solorzano Basto, clavadista selección Valle y Colombia, subcampeón suramericano, en preparación al campeonato nacional interclubes e interligas en categoría infantil.

Juan Camilo Duque Arce
Entrenador Indervalle categoría infantil de clavados
Tiempo laboral: 2020-2021
Teléfono:3165763708

Centro de Estimulación Familiar Creciendo Juntos
Cargo desempeñado: Psicóloga
Funciones a Cargo: intervención con adultos y niños.

Participar en la atención educativa al desarrollo desde las primeras etapas de la vida. Detectar y prevenir a efectos socio-educativos las discapacidades e inadaptaciones funcionales, psíquicas y sociales. Realizar evaluación psico-educativa referida a la valoración de las capacidades personales, grupales e institucionales en relación a los objetivos de la educación y también al análisis del funcionamiento de las situaciones educativas. Intervenciones tanto en asesoramiento a agentes educativos (educadores, padres, etc) como en el desarrollo de programas específicos: educación para la salud, educación afectivo-sexual, prevención de las drogo-dependencias y de los proyectos ligados en general a la transversalidad (educación de valores, educación no sexista).

Jefe Directo: Erika Carolina Arce Salas
Tiempo Laborado: Enero 2.010 a Abril de 2012
Teléfono: 317-5711107

Fundación Avanzar Social
Cargo desempeñado: Psicóloga
Funciones a cargo: Asesoría Psicológica en proyecto "COMPLEMENTACION EN PROYECTO DE ADULTO MAYOR BENEFICIARIO PPSAN, PNAM Y OTROS VULNERABLES DE SANTIAGO DE CALI".
Jefe Directo: German Mendoza
Tiempo Laborado: Abril 05 de 2.010
Teléfono: 3250196 3802460

Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC
Cargo desempeñado: Psicóloga, Área de Tratamiento y Desarrollo
Funciones a cargo: Desarrollar y proponer programas de promoción, prevención y tratamiento a la población interna que posibilite la estructuración de un proyecto de vida, ofreciendo oportunidades de

Fundación Mundial Amigos de Colombia "FUDMACOL"
Cargo Desempeñado. Psicóloga
Funciones a cargo: psicóloga, asesora y orientadora en negociación y resolución de conflictos, trabajo en equipo, liderazgo y convivencia social, en proyectos sociales, culturales y comunitarios, enfocados al adulto mayor.
Jefe directo. Richard Rodrigo Rodríguez
Tel. 3951997

Fundación Jubilados Pensionados Emcali
Cargo desempeñado: Secretaria
Funciones a cargo: Recepción y realización de correspondencia y llamadas telefónicas, cobro y recepción de donaciones, realizar pagos a proveedores, nómina, realizar cotizaciones para eventos sociales o turísticos.
Jefe Directo: Inés Pineda Duque, Directora Ejecutiva
Tiempo Laborado: Noviembre 01 de 2001 a Diciembre 30 de 2.006
Teléfono: 3163412063-3163293058

REFERENCIAS PERSONALES

Julio Cesar Camacho Bedoya
Ingeniero Industrial, Team Líder de procesos Especiales en COCA COLA FEMS, Cali
Teléfono: 317-6826993

Andrés Mauricio Rubianes Ceballos
Coordinador de Riesgos y Seguridad de la Información
Cámara de Comercio de Cali
Teléfono: 886 13 00 Ext. 485. Cel. 311-300 95 12

Teniente Coronel Delio Franco Vargas
Oficial Policía Nacional
Teléfono: 3146935698

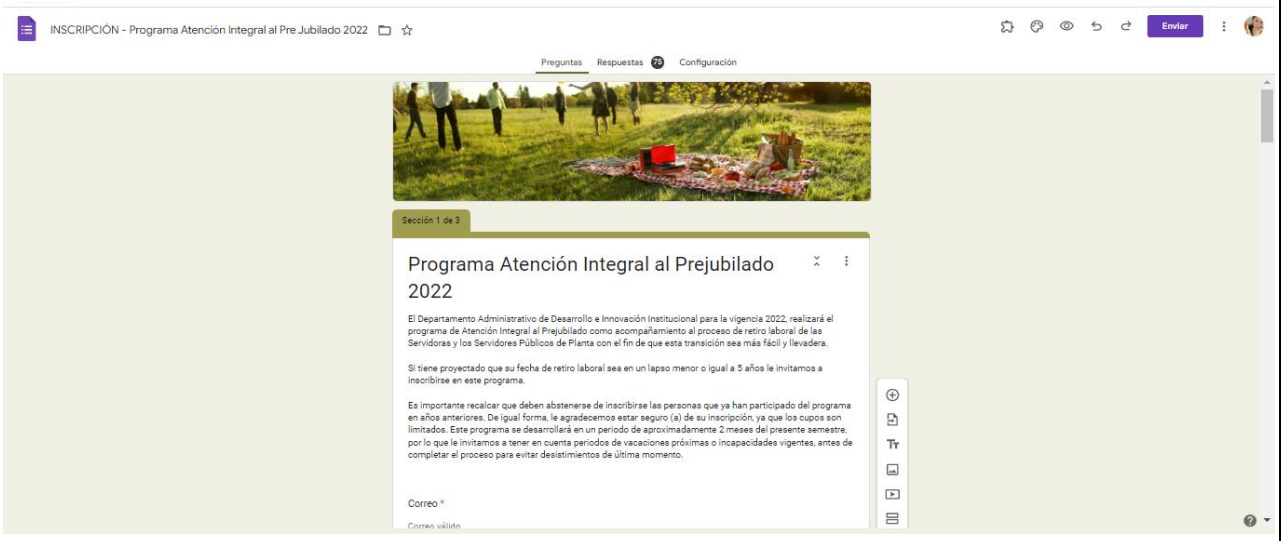
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

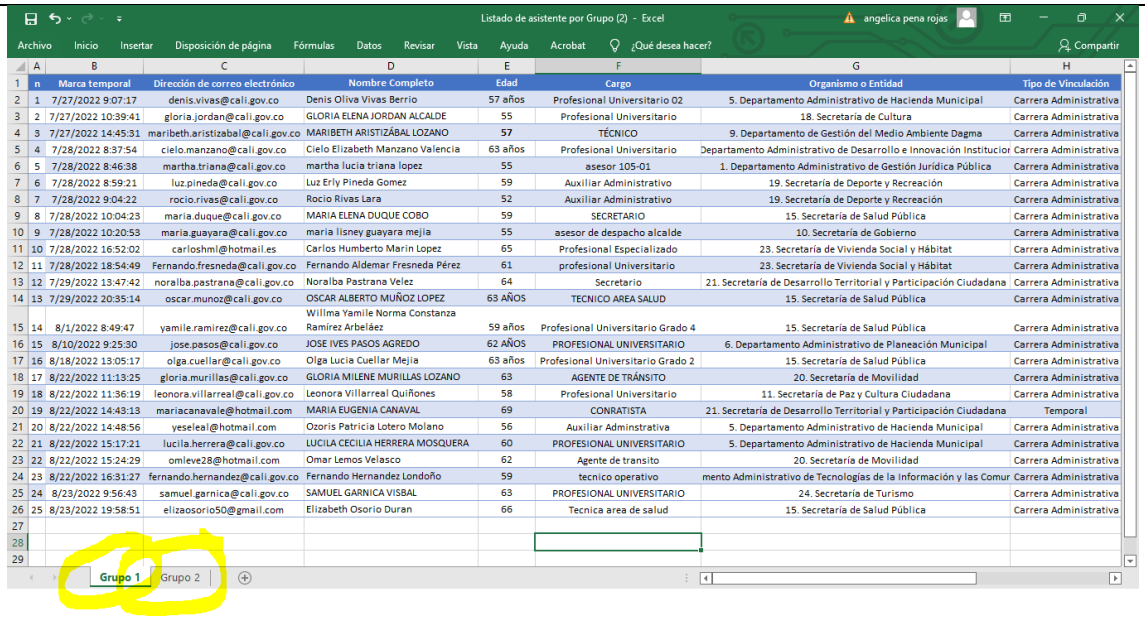
Declaro bajo gravedad de juramento que todo lo consignado es verídico y si se requiere presentaré todos los documentos que sean necesarios.

MARIA ELICENIA ARCE SALAS (Noviembre 2021)
C.C 41.948.034 Armenia

b. La ejecución del programa se realizará de la siguiente manera:

- Se deberá conformar dos (2) grupos de 25 personas cada uno.

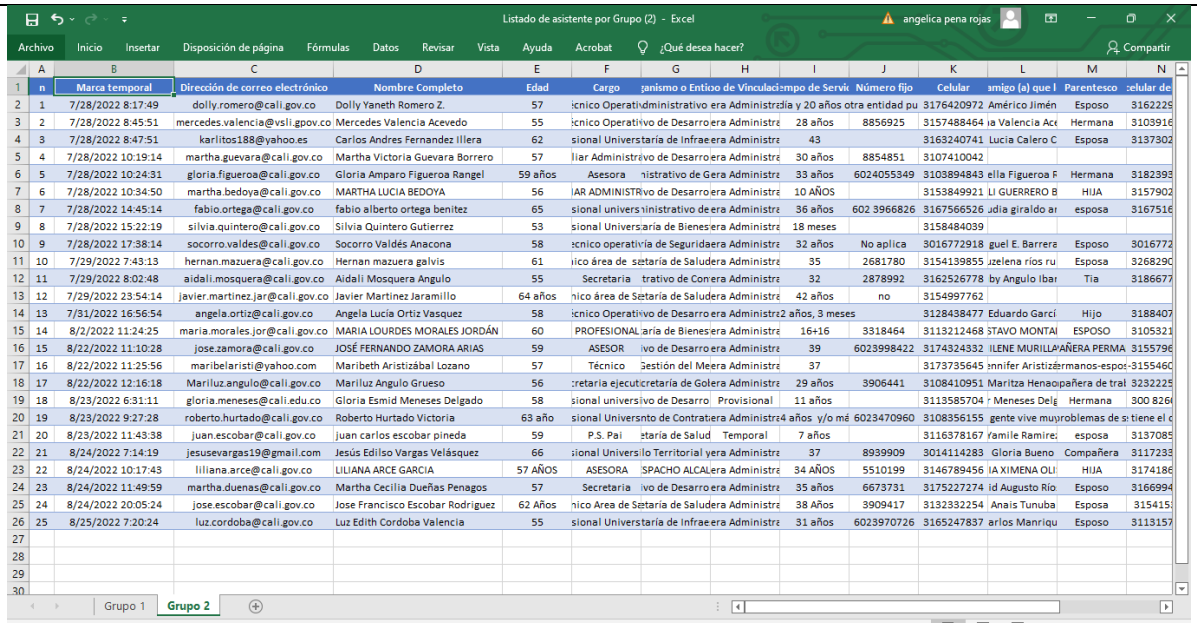




Listado de asistente por Grupo (2) - Excel

n	Marca temporal	Dirección de correo electrónico	Nombre Completo	Edad	Cargo	Organismo o Entidad	Tipo de Vinculación
1	7/27/2022 9:07:17	denis.vivas@cali.gov.co	Denis Oliva Vivas Berrio	57 años	Profesional Universitario 02	5. Departamento Administrativo de Hacienda Municipal	Carrera Administrativa
2	7/27/2022 10:39:41	gloria.jordan@cali.gov.co	GLORIA ELENA JORDAN ALCALDE	55	Profesional Universitario	18. Secretaria de Cultura	Carrera Administrativa
3	7/27/2022 14:45:31	maribeth.aristizabal@cali.gov.co	MARIBETH ARISTIZÁBAL LOZANO	57	TÉCNICO	9. Departamento de Gestión del Medio Ambiente Dagma	Carrera Administrativa
4	7/28/2022 8:37:54	cielo.manzano@cali.gov.co	Cielo Elizabeth Manzano Valencia	63 años	Profesional Universitario	Departamento Administrativo de Desarrollo e Innovación Institucior	Carrera Administrativa
5	7/28/2022 8:46:38	martha.triana@cali.gov.co	martha lucia triana lopez	55	asesor 105-01	1. Departamento Administrativo de Gestión Jurídica Pública	Carrera Administrativa
6	7/28/2022 8:59:21	luz.pineda@cali.gov.co	Luz Erly Pineda Gomez	59	Auxiliar Administrativo	19. Secretaría de Deporte y Recreación	Carrera Administrativa
7	7/28/2022 9:04:22	rocio.rivas@cali.gov.co	Rocio Rivas Lara	52	Auxiliar Administrativo	19. Secretaría de Deporte y Recreación	Carrera Administrativa
8	7/28/2022 10:04:23	maria.duque@cali.gov.co	MARIA ELENA DUQUE COBO	59	SECRETARIO	15. Secretaría de Salud Pública	Carrera Administrativa
9	7/28/2022 10:20:53	maria.guayara@cali.gov.co	maria lisney guayara mejia	55	asesor de despacho alcalde	10. Secretaría de Gobierno	Carrera Administrativa
10	7/28/2022 16:52:02	carloshml@hotmail.es	Carlos Humberto Marin Lopez	65	Profesional Especializado	23. Secretaría de Vivienda Social y Hábitat	Carrera Administrativa
11	7/28/2022 18:54:49	Fernando.fresneda@cali.gov.co	Fernando Aldemar Fresneda Pérez	61	profesional Universitario	23. Secretaría de Vivienda Social y Hábitat	Carrera Administrativa
12	7/29/2022 13:47:42	noralba.pastrana@cali.gov.co	Noralba Pastrana Velez	64	Secretario	21. Secretaría de Desarrollo Territorial y Participación Ciudadana	Carrera Administrativa
13	7/29/2022 20:35:14	oscar.munoz@cali.gov.co	OSCAR ALBERTO MUÑOZ LOPEZ	63 AÑOS	TECNICO AREA SALUD	15. Secretaría de Salud Pública	Carrera Administrativa
14	8/1/2022 8:49:47	yamile.ramirez@cali.gov.co	Willma Yamile Norma Constanza Ramírez Arbeláez	59 años	Profesional Universitario Grado 4	15. Secretaría de Salud Pública	Carrera Administrativa
15	8/10/2022 9:25:30	jose.pasos@cali.gov.co	JOSE IVES PASOS AGREDO	62 AÑOS	PROFESIONAL UNIVERSITARIO	6. Departamento Administrativo de Planeación Municipal	Carrera Administrativa
16	8/18/2022 13:05:17	olga.cuellar@cali.gov.co	Olga Lucia Cuellar Mejia	63 años	Profesional Universitario Grado 2	15. Secretaría de Salud Pública	Carrera Administrativa
17	8/22/2022 11:13:25	gloria.murillas@cali.gov.co	GLORIA MILENE MURILLAS LOZANO	63	AGENTE DE TRÁNSITO	20. Secretaría de Movilidad	Carrera Administrativa
18	8/22/2022 11:36:19	leonora.villarreal@cali.gov.co	Leonora Villarreal Quiñones	58	Profesional Universitario	11. Secretaría de Paz y Cultura Ciudadana	Carrera Administrativa
19	8/22/2022 14:43:13	mariacanavale@hotmail.com	MARIA EUGENIA CANAVAL	69	CONRATISTA	21. Secretaría de Desarrollo Territorial y Participación Ciudadana	Temporal
20	8/22/2022 14:48:56	yeseleal@hotmail.com	Ozoris Patricia Lotero Molano	56	Auxiliar Adminstrativa	5. Departamento Administrativo de Hacienda Municipal	Carrera Administrativa
21	8/22/2022 15:17:21	lucila.herrera@cali.gov.co	LUCILA CECILIA HERRERA MOSQUERA	60	PROFESIONAL UNIVERSITARIO	5. Departamento Administrativo de Hacienda Municipal	Carrera Administrativa
22	8/22/2022 15:24:29	omleve28@hotmail.com	Omar Lemos Velasco	62	Agente de transito	20. Secretaría de Movilidad	Carrera Administrativa
23	8/22/2022 16:31:27	fernando.hernandez@cali.gov.co	Fernando Hernandez Londoño	59	tecnico operativo	mento Administrativo de Tecnologías de la Información y las Comur	Carrera Administrativa
24	8/23/2022 9:56:43	samuel.garnica@cali.gov.co	SAMUEL GARNICA VISBAL	63	PROFESIONAL UNIVERSITARIO	24. Secretaría de Turismo	Carrera Administrativa
25	8/23/2022 19:58:51	elizaosorio50@gmail.com	Elizabeth Osorio Duran	66	Tecnica area de salud	15. Secretaría de Salud Pública	Carrera Administrativa

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



n	Marca temporal	Dirección de correo electrónico	Nombre Completo	Edad	Cargo	ganismo o Entidad de Vinculaci	mpo de Servic	Número fijo	Celular	amigo (a) que l	Parentesco	celular de
1	7/28/2022 8:17:49	dolly.romero@cali.gov.co	Dolly Yaneth Romero Z.	57	icnico Operativ	dministrativo e	era Administra	dia y 20 años	otra entidad pu	3176420972	Américo Jimén	Esposo	3162225
2	7/28/2022 8:45:51	mercedes.valencia@vsli.gpov.co	Mercedes Valencia Acevedo	55	icnico Operativ	vo de Desarro	era Administra	28 años	8856925	3157488464	ia Valencia Ace	Hermana	3103916
3	7/28/2022 8:47:51	karlitos188@yahoo.es	Carlos Andres Fernandez Illera	62	sional Universi	taría de Infrae	era Administra	43		3163240741	Lucia Calero C	Esposa	3137302
4	7/28/2022 10:19:14	martha.guevara@cali.gov.co	Martha Victoria Guevara Borrero	57	liar Administra	vo de Desarro	era Administra	30 años	8854851	3107410042			
5	7/28/2022 10:24:31	gloria.figueroa@cali.gov.co	Gloria Amparo Figueroa Rangel	59 años	Asesora	nistrativo de G	era Administra	33 años	6024055349	3103894843	ella Figueroa F	Hermana	3182393
6	7/28/2022 10:34:50	martha.bedoya@cali.gov.co	MARTHA LUCIA BEDOYA	56	IAR ADMINISTR	ivo de Desarro	era Administra	10 AÑOS		3153849921	LI GUERRERO B	HIJA	3157902
7	7/28/2022 14:45:14	fabio.ortega@cali.gov.co	fabio alberto ortega benitez	65	sional univers	inistrativo de	era Administra	36 años	602 3966826	3167566526	udia giraldo ar	esposa	3167516
8	7/28/2022 15:22:19	silvia.quintero@cali.gov.co	Silvia Quintero Gutierrez	53	sional Universi	aría de Bienes	era Administra	18 meses		3158484039			
9	7/28/2022 17:38:14	socorro.valdes@cali.gov.co	Socorro Valdés Anacona	58	icnico operativ	ia de Seguridad	era Administra	32 años	No aplica	3016772918	guel E. Barrera	Esposo	3016772
10	7/29/2022 7:43:13	hernan.mazuera@cali.gov.co	Hernan mazuera galvis	61	iico área de s	etaría de Salud	era Administra	35	2681780	3154139855	uzelena ríos ru	Esposa	3268290
11	7/29/2022 8:02:48	aidali.mosquera@cali.gov.co	Aidali Mosquera Angulo	55	Secretaria	trativo de Con	era Administra	32	2878992	3162526778	by Angulo Iban	Tia	3186677
12	7/29/2022 23:54:14	javier.martinez.jar@cali.gov.co	Javier Martinez Jaramillo	64 años	hico área de S	etaría de Salud	era Administra	42 años	no	3154997762			
13	7/31/2022 16:56:54	angela.ortiz@cali.gov.co	Angela Lucia Ortiz Vasquez	58	icnico Operativ	vo de Desarro	era Administra	2 años, 3 meses		3128438477	Eduardo Garcí	Hijo	3188407
14	8/2/2022 11:24:25	maria.morales.jor@cali.gov.co	MARIA LOURDES MORALES JORDÁN	60	PROFESIONAL	aria de Bienes	era Administra	16+16	3318464	3113212468	STAVO MONTAI	ESPOSO	3105321
15	8/22/2022 11:10:28	jose.zamora@cali.gov.co	JOSÉ FERNANDO ZAMORA ARIAS	59	ASESOR	ivo de Desarro	era Administra	39	6023998422	3174324332	ILENE MURILLA	AÑERA PERMA	3155796
16	8/22/2022 11:25:56	maribelaristi@yahoo.com	Maribeth Aristizábal Lozano	57	Técnico	Gestión del Me	era Administra	37		3173735645	nnifer Aristizá	rmanos-espos	3155460
17	8/22/2022 12:16:18	Mariluz.angulo@cali.gov.co	Mariluz Angulo Grueso	56	cretaria ejecut	cretaría de Go	era Administra	29 años	3906441	3108410951	Maritza Henao	pañera de tral	3232225
18	8/23/2022 6:31:11	gloria.meneses@cali.edu.co	Gloria Esmid Meneses Delgado	58	sional universi	sivo de Desarro	Provisional	11 años		3113585704	r Meneses Delg	Hermana	300 826
19	8/23/2022 9:27:28	roberto.hurtado@cali.gov.co	Roberto Hurtado Victoria	63 año	sional Universi	nto de Contrat	era Administra	4 años y/o má	6023470960	3108356155	gente vive muy	roblemas de s	tiene el c
20	8/23/2022 11:43:38	juan.escobar@cali.gov.co	juan carlos escobar pineda	59	P.S. Pai	etaría de Salud	Temporal	7 años		3116378167	Yamile Ramire	esposa	3137085
21	8/24/2022 7:14:19	jesusevargas19@gmail.com	Jesús Edilso Vargas Velásquez	66	sional Universi	lo Territorial y	era Administra	37	8939909	3014114283	Gloria Bueno	Compañera	3117233
22	8/24/2022 10:17:43	liliana.arce@cali.gov.co	LILIANA ARCE GARCIA	57 AÑOS	ASESORA	SPACHO ALCAL	era Administra	34 AÑOS	5510199	3146789456	IA XIMENA OLI	HIJA	3174186
23	8/24/2022 11:49:59	martha.duenas@cali.gov.co	Martha Cecilia Dueñas Penagos	57	Secretaria	ivo de Desarro	era Administra	35 años	6673731	3175227274	id Augusto Río	Esposo	3166994
24	8/24/2022 20:05:24	jose.escobar@cali.gov.co	Jose Francisco Escobar Rodriguez	62 Años	hico Area de S	etaría de Salud	era Administra	38 Años	3909417	3132332254	Anais Tunuba	Esposa	315415
25	8/25/2022 7:20:24	luz.cordoba@cali.gov.co	Luz Edith Cordoba Valencia	55	sional Universi	taría de Infrae	era Administra	31 años	6023970726	3165247837	arlos Manriqu	Esposo	3113157

El operador trabajó con dos grupos de funcionarios, cada uno de 25 personas, inscritos voluntariamente en el programa integral al prejubilado por medio de formulario enviado por el DADII con los cuales sostuvo encuentros en la jornada de la mañana y la jornada de la tarde y en conjunto, eventualmente.

• Se programarán 10 sesiones por grupo, las cuales se realizarán una vez por semana, durante once semanas.

El operador presentó y cumplió con el siguiente cronograma, dando así alcance a las 10 sesiones por grupo:

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

CRONOGRAMA GRUPO 1

No	PROFESIONAL	TEMA	INTENSIDAD (Horas)	Q	Semana 1 3 OCT AL 7 OCT	Semana 2 10 OCT AL 14 OCT	Semana 3 actividad Aire libre 17 OCT AL 21 OCT	Semana 4 24 OCT AL 28 OCT	Semana 5 31 OCT AL 4 NOV	Semana 6 actividad Aire libre 8 NO AL 11 NOV
					6-oct	14-oct	21-oct	28-oct	4 nov	11-nov
1	Doctora gerontóloga	Proceso biológico de envejecimiento	2	25		2 Horas				
2	Doctora gerontóloga	Salud Preventiva	2	50			2 Horas			
3	Doctora gerontóloga	Sexualidad en la persona Mayor	4	25				4 Horas		
4	psicólogo	Inteligencia Emocional	4	25				4 Horas		
5	psicólogo Especialización en Psicología Deportiva	Deporte y autocuidado	2	50						2 Horas
6	psicólogo Especialización en Psicología Deportiva	Alimentación saludable	2	50			2 Horas			
7	psicólogo Especialización en Psicología Deportiva	Motivación	2	25	2 Horas					
8	psicólogo	Adaptación al cambio	2	50			2 Horas			
9	Trabajadora social	Proyecto de vida / realización de sueños	2	50						2 Horas
10	Trabajadora social	Integración y convivencia socio familiar	2	25	2 Horas					
11	psicólogo	Ocupación del tiempo libre	4	25					4 Horas	
12	Trabajadora social	Cambio de roles laborales / relevo generacional, Familiares, Sociales	6	25		2 Horas			4 Horas	
13	Contador o profesional en finanzas	Posibilidades Ocupacionales (Iniciativa empresarial o ideas de negocio)	2	50			2 Horas			
14	Contador o profesional en finanzas	Presupuesto personal y familiar	2	50						2 Horas
15	Abogado	Soporte legal para tramite de pensión	2	50						2 Horas
		Total	40		4	4	8	8	8	8

CRONOGRAMA GRUPO 2

No	PROFESIONAL	TEMA	INTENSIDAD (Horas)	Q	Semana 1 3 OCT AL 7 OCT	Semana 2 10 OCT AL 14 OCT	Semana 3 actividad Aire libre 17 OCT AL 21 OCT	Semana 4 24 OCT AL 28 OCT	Semana 5 31 OCT AL 4 NOV	Semana 6 actividad Aire libre 8 NO AL 11 NOV
					6-oct	14-oct	21-oct	28-oct	4 nov	11-nov
1	Doctora gerontóloga	Proceso biológico de envejecimiento	2	25		2 Horas				
2	Doctora gerontóloga	Salud Preventiva	2	50			2 Horas			
3	Doctora gerontóloga	Sexualidad en la persona Mayor	4	25				4 Horas		
4	psicólogo	Inteligencia Emocional	4	25				4 Horas		
5	psicólogo Especialización en Psicología Deportiva	Deporte y autocuidado	2	50						2 Horas
6	psicólogo Especialización en Psicología Deportiva	Alimentación saludable	2	50			2 Horas			
7	psicólogo Especialización en Psicología Deportiva	Motivación	2	25	2 Horas					
8	psicólogo	Adaptación al cambio	2	50			2 Horas			
9	Trabajadora social	Proyecto de vida / realización de sueños	2	50						2 Horas
10	Trabajadora social	Integración y convivencia socio familiar	2	25	2 Horas					
11	psicólogo	Ocupación del tiempo libre	4	25					4 Horas	
12	Trabajadora social	Cambio de roles laborales / relevo generacional, Familiares, Sociales	6	25		2 Horas			4 Horas	
13	Contador o profesional en finanzas	Posibilidades Ocupacionales (Iniciativa empresarial o ideas de negocio)	2	50			2 Horas			
14	Contador o profesional en finanzas	Presupuesto personal y familiar	2	50						2 Horas
15	Abogado	Soporte legal para tramite de pensión	2	50						2 Horas
		Total	40		4	4	8	8	8	8

- Durante el desarrollo de las 10 sesiones por grupo conformado, se deberân dictar los siguientes temas: el proceso biológico de envejecimiento, salud preventiva, alimentación saludable, deporte y autocuidado, sexualidad en la persona mayor, motivación, adaptación al cambio, cambio de roles laborales/ re\evo generacional, familiares, inteligencia emocional, sociales, posibilidades ocupacionales (iniciativa empresarial o ideas de negocio), soporte legal para trâmite de pensión, ocupación del tiempo libre, proyecto de vida / realización de sueños, integración y convivencia socio familiar y presupuesto personal y familiar.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

El operador presentó la siguiente propuesta de sesiones donde se abordaron los temas expuestos anteriormente, así:

Integración y convivencia socio familiar y motivación

OBJETIVO GENERAL:			
Favorecer la reflexión acerca de los elementos necesarios para potenciar la integración y sana convivencia sociofamiliar.			
Reconocer la motivación que aplica el participante y brindar pautas para el bienestar de su salud física y mental.			
Al concluir cada módulo los participantes podrán:	**Contenidos (temas y subtemas)**	**Estrategias de enseñanza- aprendizaje**	**Material**
Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación	1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores	Bienvenida Presentación del facilitador	Video Beam
Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso	2. Presentación:	Dinámica de presentación	
	Presentación de los integrantes del grupo		
	Expectativas respecto de la capacitación		
Conocer sobre conceptos de Motivación y tipos	¿Qué es la motivación?	Se solicita plasmar en una hoja en blanco alrededor de una figura humana dibujado por ellos mismos, lo que quieres: Salud física, mental y metas a futuro.	Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
comprensión de los beneficios del trabajo en equipo a nivel familiar en pro de la integración y convivencia sociofamiliar	Se implementarán actividades lúdicas las cuales son:	talleres grupales en modalidad presencial, con la implementación de técnicas experienciales vivenciales	Sabana
	Técnica "La ronda"		Marcadores
	Técnica "Caja de conflictos familiares"		Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
	Técnica "La sabana"		
	Técnica: La escritura en grupo		
	Ronda: ¡¡Me quiero Mucho!!		
Los participantes lograran identificar factores que entorpecen la comunicación asertiva en diferentes espacios de su vida.			
Los asistentes podrán reconocer estrategias de abordaje del conflicto, a través de las historias de los otros.			
Permitirá a los participantes comprender las acciones positivas en pro de la integración y convivencia sociofamiliar.			
Reconocimiento de proyectos nuevos, donde incluyen salud física y mental y ante todo cambios de hábitos. Autoconocimiento como factor importante.			

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Proceso biológico de envejecimiento, salud preventiva y sexualidad en la persona mayor y Cambio de roles laborales / relevo generacional, Familiares, Sociales

OBJETIVO GENERAL:			
Plantear un programa de capacitaciones sobre temas de relevancia para personas mayores, trabajadores de la Alcaldía de Cali próximos a la jubilación.			
Generar un espacio de sensibilización acerca de los diferentes cambios que se dan en el proceso evolutivo del ser humano a nivel individual y familiar			
Al concluir cada módulo los participantes podrán:	**Contenidos (temas y subtemas)**	**Estrategias de enseñanza- aprendizaje**	**Material**
Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación	1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores	Bienvenida Presentación del facilitador	Video Beam
Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso	2. Presentación:	Dinámica de presentación	
	Presentación de los integrantes del grupo		
	Expectativas respecto de la capacitación		
Lograr que las personas mayores conozcan que la sexualidad es un derecho y pueden disfrutarla de forma segura, placentera y que, además, una buena sexualidad tiene beneficios para la salud física y mental	Proceso Biológico del envejecimiento	Se desarrollarán capacitaciones de forma presencial a través de charlas educativas de forma interactiva y dinámica donde se motive la participación del grupo	Video Beam
	Salud preventiva		
	Sexualidad en la persona mayor		
Podrán tener una actitud reflexiva y de autoevaluación frente a los aspectos que influyen en su toma de decisiones, acerca del proceso actual en el que se encuentran.	Se implementarán actividades lúdicas las cuales son:	Reunión grupal para trabajar a partir experiencias personales vividas	Cartulinas
	Técnica "Círculos concéntricos"		fotos
	Técnica "El árbol del corazón"		Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
	Técnica "El baúl de los recuerdos"		Video Beam
Se brindarán estrategias de afrontamiento ante diversas situaciones acontecidas en las áreas de la vida: familiar, laboral, entre otras.			

Alimentación saludable, Adaptación al cambio, Posibilidades Ocupacionales (iniciativa empresarial o ideas de negocio)

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

OBJETIVO GENERAL:			
Mejorar la percepción de los términos: nutrición, dieta, comer balanceado o alimentación saludable. Para generar adherencia a cambios alimenticios que aportan al autocuidado de su salud.			
Sensibilizar a los participantes ante el cambio como constante, enriquecedor y necesario en los diferentes ciclos vitales.			
Enfocar el emprendimiento, como una alternativa de generación de nuevos ingresos, creación de nuevos negocios y diseño de pautas para la sostenibilidad y el éxito.			
Al concluir cada módulo los participantes podrán:	**Contenidos (temas y subtemas)**	**Estrategias de enseñanza- aprendizaje**	**Material**
Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación	1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores	Bienvenida Presentación del facilitador	Video Beam
Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso	2. Presentación:	Dinámica de presentación	
	Presentación de los integrantes del grupo		
	Expectativas respecto de la capacitación		
Identificar la importancia de la alimentación saludable y la interacción con nuestro cuerpo	Actividad de Atención y concentración	Cada participante realizara su cronograma alimenticio del día anterior. Con el objetivo de lograr reconocer hábitos alimenticios (horarios y tipos de alimentos), que consumieron	video Beam Computador Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos Pesa Metro
Podrán identificar oportunidades de cambios óptimos en el día a día	¿Cuáles son los principales cambios que se afrontan en esta etapa de la vida?	Atreves de una dinámica grupal la cual pretende que los participantes activen su creatividad ante una situación inesperada	video Beam
Identificar las diferentes clases de emprendimiento.	¿Qué es emprendimiento?	Ejemplos prácticos de la vida cotidiana	video Beam
Analisis de los ejemplos de	Tipos de emprendimiento		

Inteligencia Emocional

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

OBJETIVO GENERAL:			
Sensibilizar a los participantes ante la importancia de la gestión emocional para los diferentes contextos en los que se desenvuelve, en la toma de decisiones y actuar.			
Al concluir cada módulo los participantes podrán:	**Contenidos (temas y subtemas)**	**Estrategias de enseñanza- aprendizaje**	**Material**
Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación	1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores	Bienvenida Presentación del facilitador	Video Beam
Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso	2. Presentación:	Dinámica de presentación	
	Presentación de los integrantes del grupo		
	Expectativas respecto de la capacitación		
Manejar sus emociones de acuerdo con el sentido común	¿cómo llegan las emociones?	Se centralizará en un taller presencial en donde se realizará ejercicios escritos	Video Beam
	¿cómo llegan las emociones?		Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
	¿qué las desencadena?		
	¿cómo poner inteligencia a las emociones?		
Se brindo información adicional como libros, videos, películas, técnicas para revisar en casa individual y familiarmente.			

Ocupación del tiempo libre

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

OBJETIVO GENERAL:			
Resaltar la importancia de la adecuada ocupación y planeación del tiempo libre en la salud integral, el desarrollo personal, el bienestar emocional y la calidad de vida en la población próxima a pensionarse.			
Al concluir cada módulo los participantes podrán:	**Contenidos (temas y subtemas)**	**Estrategias de enseñanza-aprendizaje**	**Material**
Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación	1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores	Bienvenida Presentación del facilitador	Video Beam
Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso	2. Presentación:	Dinámica de presentación	
	Presentación de los integrantes del grupo		
	Expectativas respecto de la capacitación		
Administrar y gestionar el tiempo libre de formas más eficiente	Se implementarán actividades lúdicas las cuales son:	Se realiza un ejercicio individual con el fin de explorar los recuerdos y promover las proyecciones futuras de disfrute de tiempo libre y recreación, en el cual cada participante escoge una palabra de una lista de palabras dadas y escribe o piensa en un recuerdo de su vida relacionado a dicha palabra y como la espera proyectar en el presente y futuro.	Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
	Tiempo libre		Video Beam
	Ocio		
	Recreación		
	Beneficios de planificar el tiempo		
	Leyes para la organización del tiempo		
	Importancia de evaluar el equilibrio de la ocupación del tiempo		

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Deporte y autocuidado, Proyecto de vida / realización de sueños, Presupuesto personal y familiar, Soporte legal para tramite de pensión

Podrá describir las pautas de un proyecto de vida	Técnica "Mapa de los sueños"	Se brindará un espacio en el cual los participantes se reúnan en grupo para trabajar a partir de experiencias personales, sobre algún tema específico.	Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
	Técnica "El globo de la autoestima"		Video Beam
Manejo del control del presupuesto personal y familiar usando diversas herramientas para llevar el control	¿qué se entiende por presupuesto personal y familiar?	Ejemplos prácticos de la vida cotidiana	Video Beam

A cada uno de los temas le asignó un tiempo y una metodología específica para ser ejecutada.

- Cada sesión tendrá una duración de máximo 4 horas aproximadamente, excepto las 2 actividades programadas al aire libre, las cuales tendrán una duración de máximo 8 horas.



Sesiones al aire libre- Orquideorama

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



Sesión en salón - Torre de Cali.

El operador cumplió con la ejecución de las 10 sesiones por grupo, sin embargo, por solicitud de los asistentes, se tuvieron 4 jornadas de 8 horas, lo que permitió que la agenda se desarrollará en menos semanas de las pactadas inicialmente. Las jornadas se desarrollaron en el Hotel Torre de Cali y en el Orquideorama alternadamente.

- En las 2 sesiones de campo, deberán participar el cónyuge o un miembro de la familia de cada uno de los funcionarios.

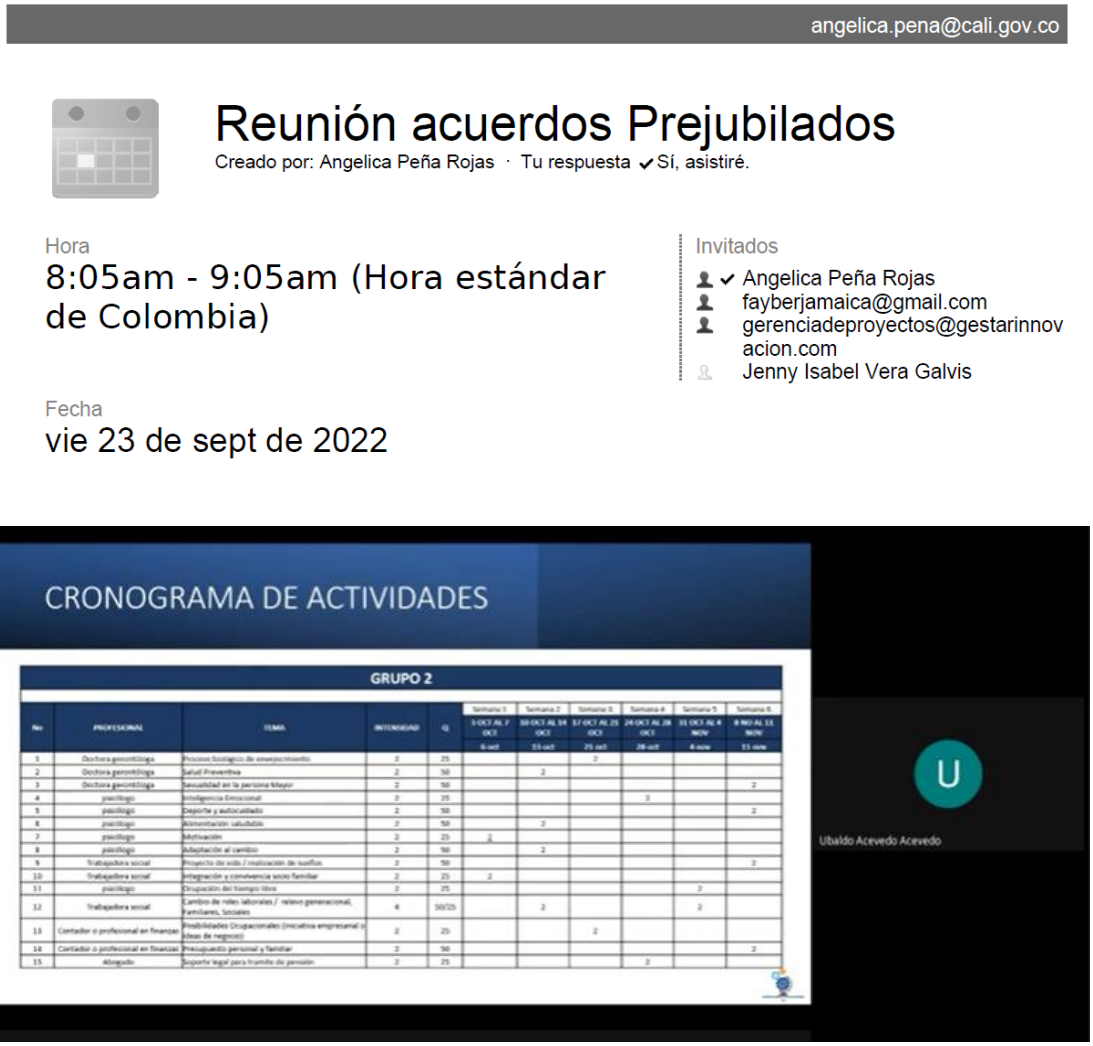
El operador propició la convocatoria de los asistentes citando a los familiares de los servidores públicos para su participación en las sesiones planeadas para tal fin.



Sesión en acompañamiento con familiares

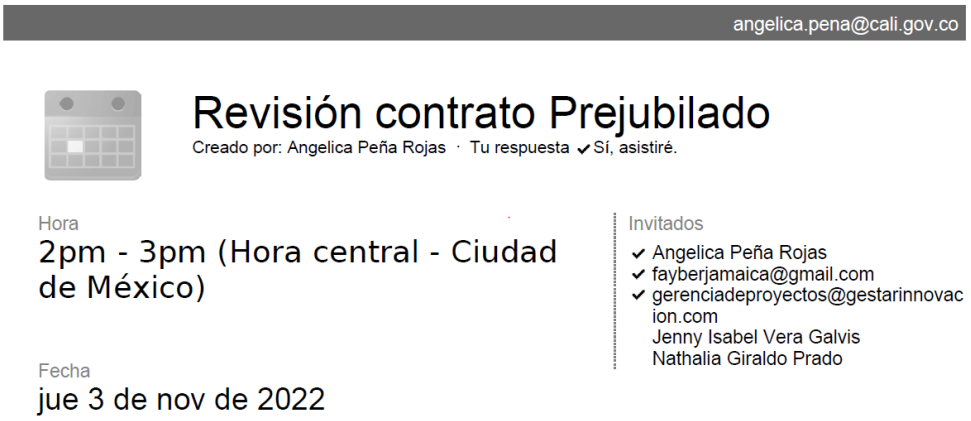
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

4. Contar con la asistencia del coordinador a todas las reuniones convocadas por el supervisor del Contrato



Reunión inicial con operador

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



angelica.pena@cali.gov.co

Revisión contrato Prejubilado

Creado por: Angelica Peña Rojas · Tu respuesta ✔Sí, asistiré.

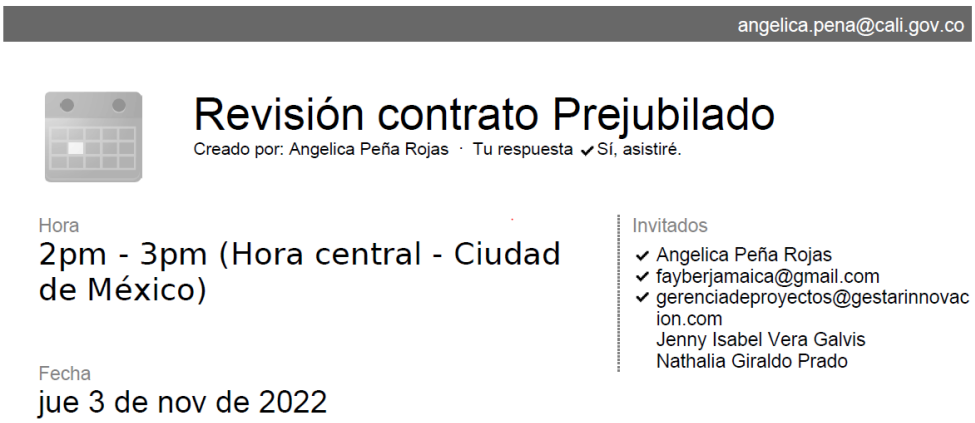
Hora
2pm - 3pm (Hora central - Ciudad de México)

Fecha
jue 3 de nov de 2022

Invitados
- ✔ Angelica Peña Rojas
- ✔ fayberjamaica@gmail.com
- ✔ gerenciadeproyectos@gestarinnovacion.com
- Jenny Isabel Vera Galvis
- Nathalia Giraldo Prado

El coordinador y su equipo de trabajo participaron en las reuniones convocadas para la revisión del contrato tanto al inicio como al final.

5. Informar oportunamente al Supervisor del contrato, si durante la ejecución del mismo surgen hechos que puedan afectar el cronograma del mismo.



angelica.pena@cali.gov.co

Revisión contrato Prejubilado

Creado por: Angelica Peña Rojas · Tu respuesta ✔Sí, asistiré.

Hora
2pm - 3pm (Hora central - Ciudad de México)

Fecha
jue 3 de nov de 2022

Invitados
- ✔ Angelica Peña Rojas
- ✔ fayberjamaica@gmail.com
- ✔ gerenciadeproyectos@gestarinnovacion.com
- Jenny Isabel Vera Galvis
- Nathalia Giraldo Prado

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

El operador informó oportunamente a la supervisión sobre el desarrollo de las sesiones y las posibles modificaciones al cronograma, por lo que se adelantó reunión con la oficina de contratación del DADII para revisar el cumplimiento de las obligaciones.

6. Realizar 10 sesiones de talleres con los dos grupos de 25 servidores públicos mediante la modalidad “aprender haciendo".





El operador implementó la metodología aprender haciendo en todas las sesiones que se adelantaron con los servidores públicos, es por ello que las actividades se desarrollaron a partir de dinámicas y juegos que permitían la apropiación de los conocimientos impartidos.

7. Realizar de las diez (10) sesiones, dos (2) sesiones en espacio abierto con los dos grupos de 25 servidores públicos y sus respectivos acompañantes y/o cónyuge.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



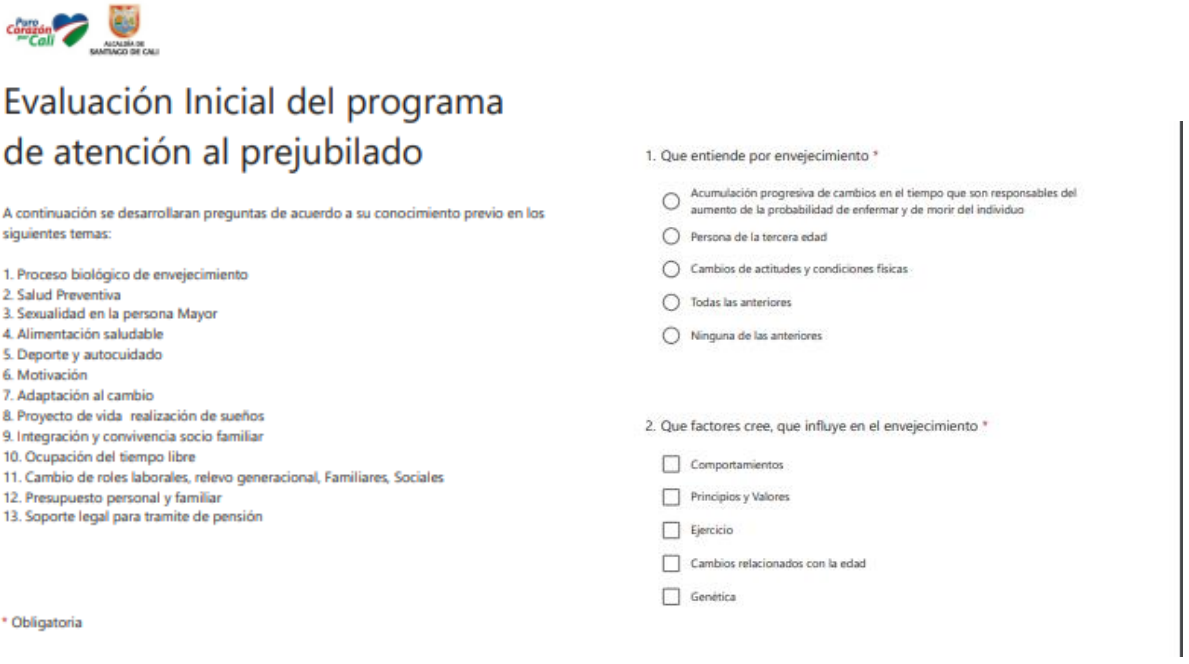


Actividades en el Orquideorama

El operador cumplió con el desarrollo de las dos actividades en espacio abierto en el Orquideorama, con los Servidores Públicos en compañía de sus familiares.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

8. Presentar al supervisor del contrato los resultados y anâlisis de las evaluaciones inicial y final aplicada a los servidores públicos del El DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURÍSTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS DE SANTIAGO DE CALI



Evaluación Inicial del programa de atención al prejubilado

A continuación se desarrollaran preguntas de acuerdo a su conocimiento previo en los siguientes temas:

1. Proceso biológico de envejecimiento
2. Salud Preventiva
3. Sexualidad en la persona Mayor
4. Alimentación saludable
5. Deporte y autocuidado
6. Motivación
7. Adaptación al cambio
8. Proyecto de vida realización de sueños
9. Integración y convivencia socio familiar
10. Ocupación del tiempo libre
11. Cambio de roles laborales, relevo generacional, Familiares, Sociales
12. Presupuesto personal y familiar
13. Soporte legal para tramite de pensión

* Obligatoria

1. Que entiende por envejecimiento *

- ○ Acumulación progresiva de cambios en el tiempo que son responsables del aumento de la probabilidad de enfermar y de morir del individuo
- ○ Persona de la tercera edad
- ○ Cambios de actitudes y condiciones físicas
- ○ Todas las anteriores
- ○ Ninguna de las anteriores

2. Que factores cree, que influye en el envejecimiento *

- ☐ Comportamientos
- ☐ Principios y Valores
- ☐ Ejercicio
- ☐ Cambios relacionados con la edad
- ☐ Genética

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Evaluación Final del programa de atención al prejubilado

A continuación se desarrollaran preguntas de acuerdo a los siguientes temas:

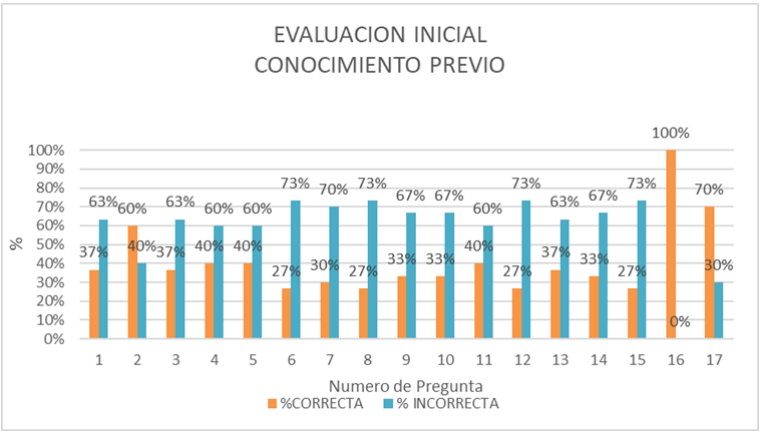
1. Proceso biológico de envejecimiento
2. Salud Preventiva
3. Sexualidad en la persona Mayor
4. Alimentación saludable
5. Deporte y autocuidado
6. Motivación
7. Adaptación al cambio
8. Proyecto de vida realización de sueños
9. Integración y convivencia socio familiar
10. Ocupación del tiempo libre
11. Cambio de roles laborales, relevo generacional, Familiares, Sociales
12. Presupuesto personal y familiar
13. Soporte legal para tramite de pensión

1. Que entiende por envejecimiento *

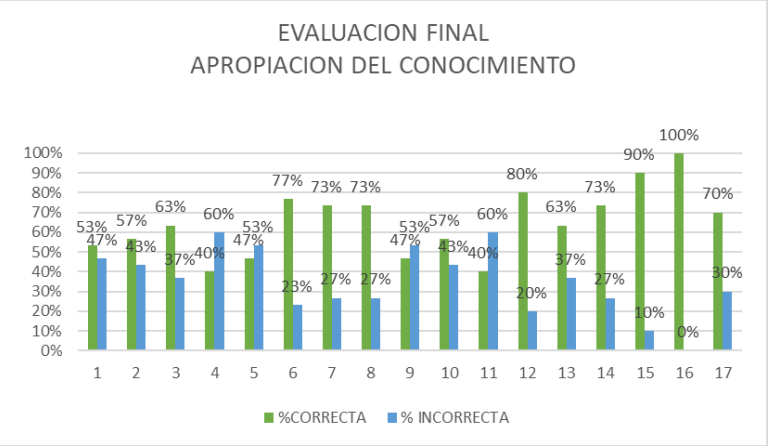
- ○ Acumulación progresiva de cambios en el tiempo que son responsables del aumento de la probabilidad de enfermar y de morir del individuo
- ○ Persona de la tercera edad
- ○ Cambios de actitudes y condiciones físicas
- ○ Todas las anteriores
- ○ Ninguna de las anteriores

2. Que factores cree, que influye en el envejecimiento *

- ☐ Comportamientos
- ☐ Principios y Valores
- ☐ Ejercicio
- ☐ Cambios relacionados con la edad
- ☐ Genética



Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



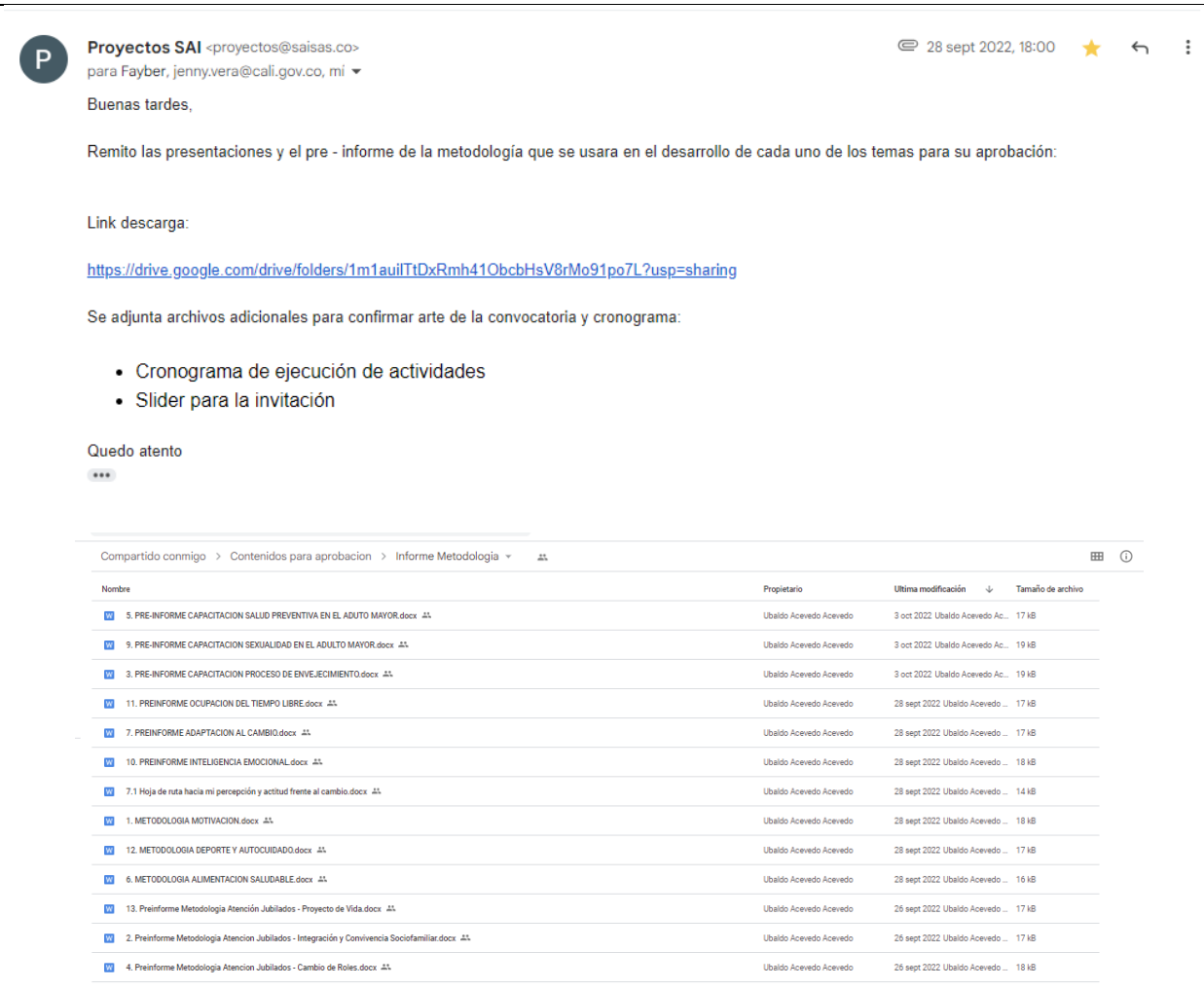
El operador presentó el análisis de las evaluaciones inicial y final requeridas, donde se evidenció el estado de conocimiento de los servidores públicos frente al tema de prejubilados, al llegar al programa y al salir del mismo, notando mejoras en la apropiación de dicho conocimiento.

9. Llevar registro de asistencia en las sesiones de talleres con los servidores públicos del DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURÍSTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS DE SANTIAGO DE CALI

El operador presentó los listados de asistencia de las sesiones los cuales se encuentran archivados en el expediente físico del contrato 4137.010.26.1.569-2022.

10. Presentar al supervisor del contrato un (1) informe parcial en el que contenga la propuesta metodológica y los temas a abordar en los talleres con los servidores públicos del DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURÍSTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS DE SANTIAGO DE CALI y un informe final.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



Proyectos SAI <proyectos@saisas.co> 28 sept 2022, 18:00

para Fayber, jenny.vera@cali.gov.co, mí

Buenas tardes,

Remito las presentaciones y el pre - informe de la metodología que se usara en el desarrollo de cada uno de los temas para su aprobación:

Link descarga:

https://drive.google.com/drive/folders/1m1auilTtDxRmh41ObcbHsV8rMo91po7L?usp=sharing

Se adjunta archivos adicionales para confirmar arte de la convocatoria y cronograma:

- Cronograma de ejecución de actividades
- Slider para la invitación

Quedo atento

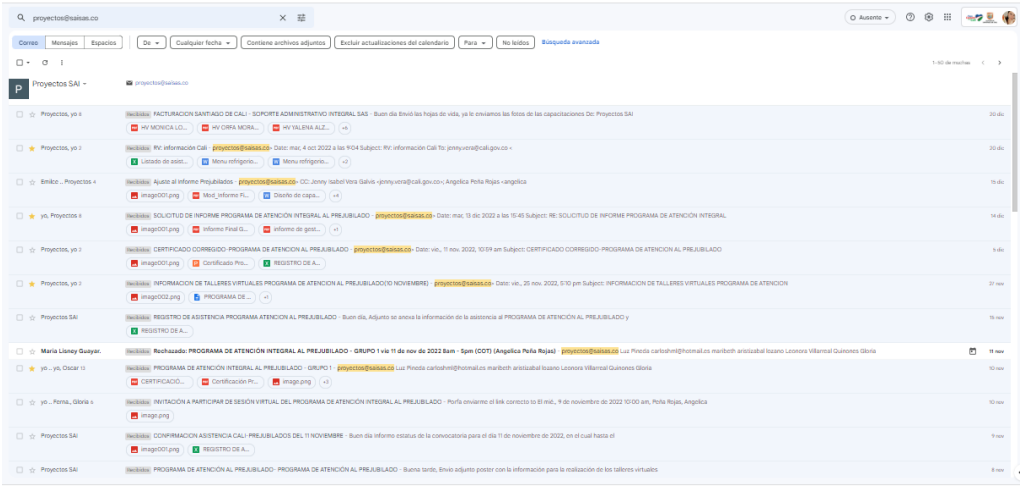
Compartido conmigo > Contenidos para aprobacion > Informe Metodologia

Nombre	Propietario	Ultima modificación	Tamaño de archivo
5. PRE-INFORME CAPACITACION SALUD PREVENTIVA EN EL ADUTO MAYOR.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	3 oct 2022 Ubaldo Acevedo Ac...	17 kB
9. PRE-INFORME CAPACITACION SEXUALIDAD EN EL ADULTO MAYOR.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	3 oct 2022 Ubaldo Acevedo Ac...	19 kB
3. PRE-INFORME CAPACITACION PROCESO DE ENVEJECIMIENTO.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	3 oct 2022 Ubaldo Acevedo Ac...	19 kB
11. PREINFORME OCUPACION DEL TIEMPO LIBRE.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	28 sept 2022 Ubaldo Acevedo ...	17 kB
7. PREINFORME ADAPTACION AL CAMBIO.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	28 sept 2022 Ubaldo Acevedo ...	17 kB
10. PREINFORME INTELIGENCIA EMOCIONAL.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	28 sept 2022 Ubaldo Acevedo ...	18 kB
7.1 Hoja de ruta hacia mi percepción y actitud frente al cambio.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	28 sept 2022 Ubaldo Acevedo ...	14 kB
1. METODOLOGIA MOTIVACION.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	28 sept 2022 Ubaldo Acevedo ...	18 kB
12. METODOLOGIA DEPORTE Y AUTOCUIDADO.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	28 sept 2022 Ubaldo Acevedo ...	17 kB
6. METODOLOGIA ALIMENTACION SALUDABLE.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	28 sept 2022 Ubaldo Acevedo ...	16 kB
13. Preinforme Metodología Atención Jubilados - Proyecto de Vida.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	26 sept 2022 Ubaldo Acevedo ...	17 kB
2. Preinforme Metodología Atencion Jubilados - Integración y Convivencia Sociofamiliar.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	26 sept 2022 Ubaldo Acevedo ...	17 kB
4. Preinforme Metodología Atencion Jubilados - Cambio de Roles.docx	Ubaldo Acevedo Acevedo	26 sept 2022 Ubaldo Acevedo ...	18 kB

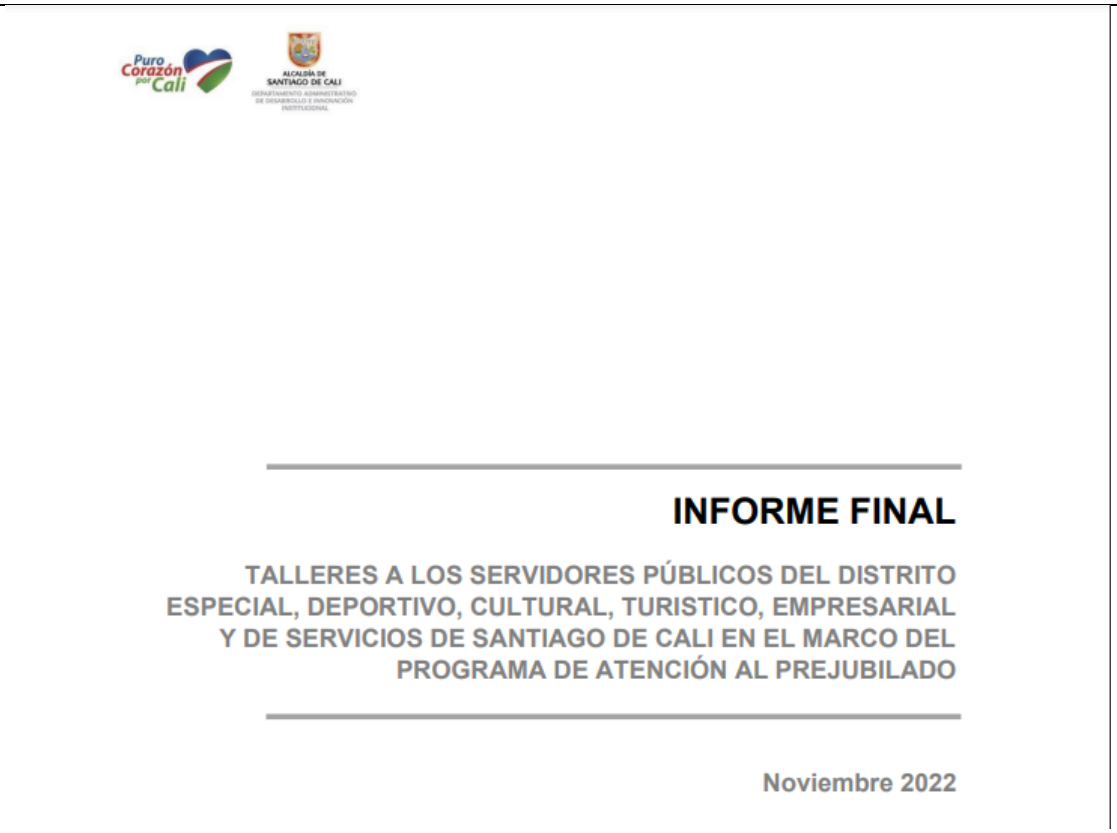
El operador presentó al supervisor, el informe parcial con la metodología a aplicar para cada uno de los temas a tratar en los talleres del programa de Atención al Prejubilados de los Servidores Públicos del Distrito Especial de Santiago de Cali

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

11. Entregar informes adicionales en caso de que estos se requieran por el supervisor del contrato.



Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



INFORME FINAL

TALLERES A LOS SERVIDORES PÚBLICOS DEL DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURISTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS DE SANTIAGO DE CALI EN EL MARCO DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN AL PREJUBILADO

Noviembre 2022

El operador dio respuesta a cada una de las necesidades del supervisor de acuerdo a la solicitudes realizadas durante la ejecución del contrato.

12. AI final del programa, el contratista debe entregar a cada uno de los participantes una guta breve con la información que recibieron durante el mismo y les sirve para que la revisen cuando necesite retomar las actividades realizadas, en consecuencia, EL CONTRATISTA deberá presentar el borrador de la guia para aprobación del supervisor.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.





El operador hizo la entrega al final del proceso, de una guía breve con contenido relacionado con los temas de principal interés para los servidores prejubilados la cual se encuentra en medios digitales y en el expediente físico del contrato 4137.010.26.1.569-2022.

13. Entregar un certificado a los servidores públicos del DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURÍSTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS DE SANTIAGO DE CALI al final del ciclo de las 10 sesiones, el cual deberâ ir con los logos de la Administración Distrital y firmado por el Subdirector de Gestión Estratégica del Talento Humano.

El operador expidió 50 certificados para ser entregados a los Servidores Públicos inscritos en el programa de Atención Integral al Prejubilado quienes alcanzaron su certificación por medio de la asistencia a las sesiones programadas y nivelando el cumplimiento de sus horas con la participación en jornada virtual programada para tal fin.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.


ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTIAGO DE CALI

Certifica que:

AIDALI MOSQUERA ANGULO

CULMINÓ SATISFACTORIAMENTE LOS TALLERES DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL AL PREJUBILADO.

11 de noviembre de 2022

LIZ MARY GUTIÉRREZ RENDÓN
Directora(E) de Departamento Administrativo
Departamento Administrativo de Desarrollo e Innovación Institucional

CLAUDIA PATRICIA CHARRIA RIVERA
Subdirectora(E) de Departamento Administrativo
Subdirección de Gestión Estratégica del Talento Humano

Puro Corazón por Cali


ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTIAGO DE CALI

Certifica que:

ANGELA LUCÍA ORTIZ VASQUEZ

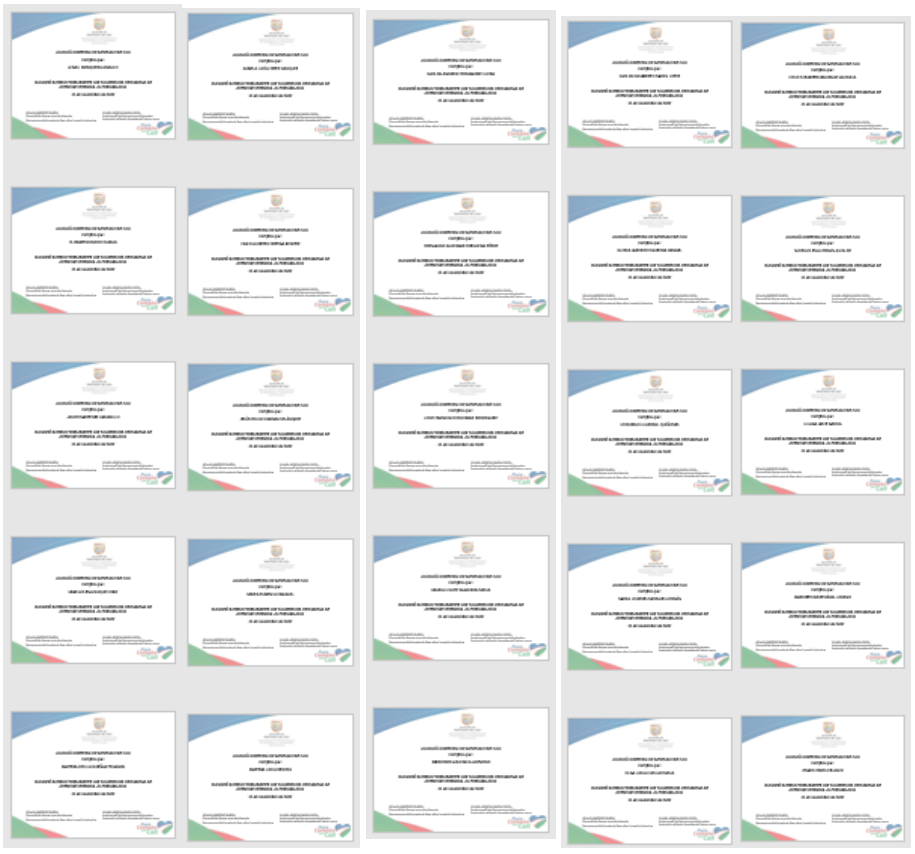
CULMINÓ SATISFACTORIAMENTE LOS TALLERES DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL AL PREJUBILADO.

11 de noviembre de 2022

LIZ MARY GUTIÉRREZ RENDÓN
Directora(E) de Departamento Administrativo
Departamento Administrativo de Desarrollo e Innovación Institucional

CLAUDIA PATRICIA CHARRIA RIVERA
Subdirectora(E) de Departamento Administrativo
Subdirección de Gestión Estratégica del Talento Humano

Puro Corazón por Cali



Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



Sesión de cierre y entrega de certificados con la Subdirectora (E.) de Talento Humano Claudia Charria

14. Las demás que Ie sean asignadas de acuerdo con las especificaciones definidas por el DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURÍSTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS DE SANTIAGO DE CALI — DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO DE DESARROLLO E INNOVACIÓN INSTITUCIONAL

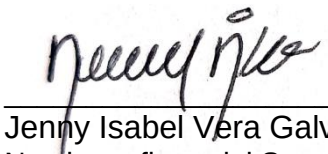
Para la fecha del presente informe y durante la ejecución del contrato no se le asignaron actividades de acuerdo a las especificaciones técnicas definidas por el Distrito Especial de Santiago de Cali.

OBSERVACIONES AL INFORME TÉCNICO:

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

6. RECOMENDACIONES PARA EL CONTRATISTA

7. FIRMAS RESPONSABLES



Jenny Isabel Vera Galvis
Nombre y firma del Supervisor

Fecha de suscripción del informe de supervisión: 24 de diciembre 2022

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

FACTURA ELECTRONICA DE VENTA
ESAI14
Forma de pago: CREDITO 63 DIAS
Fecha: 19/12/2022
Fecha de Vencimiento: 20/02/2023
Moneda / TRM: COP / $0

SOPORTE ADMINISTRATIVO INTEGRAL SAS
NIT 901050109-6
CARRERA 45A No 93- 61
Bogotá, D.c. Colombia
TEL: 3155776823
paulalasso@gestarinnovacion.com
Fecha generación: 19/12/2022 19:28:49
Fecha expedición: 19/12/2022 19:28:50

DATOS DE FACTURACION
SANTIAGO DE CALI DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURISTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS
NIT 890399011-3
AV 2 NORTE 10 70 CENTRO ADMINISTRATIVO MUNICIPAL CAM TORRE ALCALDIA CALI
Cali Colombia
TEL: 6026531063
emilce.aragon@cali.gov.co
SANTIAGO DE CALI DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURISTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS

DATOS DE ENTREGA
SANTIAGO DE CALI DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURISTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS
AV 2 NORTE 10 70 CENTRO ADMINISTRATIVO MUNICIPAL CAM TORRE ALCALDIA CALI
Cali Colombia
TEL: 6026531063

CUFE: 3e5a5b788b7a1d798c2a09622e609e921ee160c9cbfc124db3010d3b720304861ffeea38476ef05a1ad5301060b99bad

ITEM	DESCRIPCIÓN	CANT.	U/M	VR.UNITARIO	IMP.	DCTO.	TOTAL
1	30_01 TALLERES A LOS SERVIDORES PÚBLICOS EN EL MARCO DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN AL PREJUBILADO	20	NIU	$1,380,607.479	19.00%	0%	$27,612,149.58
2	30_02 LOGISTICA PARA SESIONES EN SALÓN	1	NIU	$10,506,224	19.00%	0%	$10,506,224
3	30_03 LOGISTICA PARA SESIONES EN CAMPO ABIERTO	1	NIU	$7,291,092	19.00%	0%	$7,291,092
4	30_04 ALMUERZOS	200	NIU	$22,243.37	8.00%	0%	$4,448,674
5	30_05 REFRIGERIOS	800	NIU	$11,641.398	8.00%	0%	$9,313,118.40

Total cantidad : 1,022
SESENTA Y OCHO MILLONES NOVECIENTOS MIL PESOS

SUBTOTAL	$59,171,257.98
IVA	$8,627,798.46
INC	$1,100,943.39
TOTAL FACTURA	**$68,899,999.83**
AJUSTE	$0.17
TOTAL NETO	**$68,900,000**

NO SOMOS RETENEDORES DE IVA

NO SOMOS GRANDES CONTRIBUYENTES - NO SOMOS AUTORETENEDORES, Actividad 7020 Tarifa 8,66x1000, Tipo de responsabilidad R-99 PN , Responsabilidad Tributaria: 1-IVA

Favor consignar en Cuenta Corriente de Davivienda N° 457269981504 NIT 901.050.109 -6 O Cuenta Ahorro de Davivienda N° 007000731765 NIT 901.050.109-6

Documento oficial de autorización de numeracion de facturacion según resolución número 18764025173261 vigencia de 09/02/2022 al 09/02/2023 rango del 1 al 100 prefijo ESAI. Esta factura se asimila en todos sus efectos a la letra de cambio.

compensar | miplanilla.com

PLANILLA INTEGRADA DE AUTOLIQUIDACION DE APORTES

DATOS DEL APORTANTE						
TIPO	NÚMERO	NOMBRE APORTANTE	DIRECCIÓN	TELÉFONO	CORREO	EXONERADO PAGO PARAFISCALES Y SALUD
NI	901050109-6	SOPORTE ADMINISTRATIVO INTEGRAL SAS	CR 45 A 93 61	3502526471	gerencia@saisas.co	
FORMA PRESENTACIÓN	CLASE APORTANTE	NOMBRE SUCURSAL / CÓDIGO	DEPARTAMENTO	CIUDAD / MUNICIPIO		
SUCURSAL	C – MIPYME	PRINCIPAL / PPAL	BOGOTÁ D. C.	BOGOTÁ, D.C.		SI

DATOS DE LA PLANILLA						
PLANILLA ASOCIADA	FECHA PAGO ASOCIADA (DIA/MES/AÑO)	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO (DIA/MES/AÑO)	NÚMERO PLANILLA	CANTIDAD	
					EMPLEADOS	UPC
					8	0
PERIODO SALUD	PERIODO PENSIONES				TOTAL A PAGAR	
2022-12	2022-11	E		63786398	$9.106.600	

TOTALES POR SUBSISTEMAS

TOTALES SALUD

Código EPS	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	UPC Adicional	Incapacidades		Licencia Maternidad		Días Mora	Valor Mora Cotización	Valor Mora UPC	Total a Pagar	No. Afiliados
					No. Autorización	Valor	No. Autorización	Valor					
EPS005	Sanitas EPS	800251440-6	436.000	0		0		0	0	0	0	436.000	2
EPS008	Compensar EPS	860066942-7	350.500	0		0		0	0	0	0	350.500	4
EPS010	EPS Sura	800088702-2	396.000	0		0		0	0	0	0	396.000	1
EPS017	Famisanar EPS	830003564-7	260.000	0		0		0	0	0	0	260.000	1

TOTALES PENSIÓN

Código AFP	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	Aporte Voluntario Afiliado	Aporte Voluntario Aportante	Aporte FSP - Solidaridad	Aporte FSP - Subsistencia	Días Mora	Valor Mora Cotización	Valor Mora FSP	Total a Pagar	No. Afiliados
230301	Porvenir	800224808-8	3.216.000	0	0	82.000	82.000	0	0		3.380.000	4
231001	Colfondos	800227940-6	480.000	0	0	0	0	0	0		480.000	1
25-14	Colpensiones	900336004-7	2.074.000	0	0	49.500	49.500	0	0		2.173.000	3

TOTALES RIESGOS LABORALES

Código ARL	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	Incapacidades		Aportes Otros Sistemas	Valor Neto Cotización	Días Mora	Valor Mora Cotización	Subtotal Cotización	No. Radicado Saldo a Favor	Valor Saldo a Favor	Fondo Solidaridad	Total a Pagar	No. Afiliados
				No. Autorización	Valor										
14-4	Vida Colpatria S.A.	860002183-9	188.600				188.600	0	0	188.600			1.886	188.600	8

TOTALES CAJAS

Código CCF	Nombre	NIT	Valor Aporte	Días Mora	Valor Mora Aporte	Total a Pagar	No. Afiliados
CCF24	Compensar Caja	860066942-7	1.442.500	0	0	1.442.500	8

TOTALES PARAFISCALES

Valor Aporte	Días Mora	Valor Mora Aporte	Total a Pagar	No. Afiliados
SENA				
0	0	0	0	0
ICBF				
0	0	0	0	0
ESAP				
MEN				

TOTALES POR SUBSISTEMA

Tipo Administradora	No. Administradoras Reportadas	Valor antes de IGE, LMA, IRP y Mora	Total a Pagar
Salud	4	1.442.500	1.442.500
Pensión	3	6.033.000	6.033.000
Riesgos Laborales	1	188.600	188.600
CCF	1	1.442.500	1.442.500
ESAP	0	0	0
ICBF	0	0	0
MEN	0	0	0
SENA	0	0	0
TOTALES	9	9.106.600	9.106.600

Este documento está clasificado como PRIVADO por parte de Compensar Operador de Información

compensar | miplanilla.com

PLANILLA INTEGRADA DE AUTOLIQUIDACION DE APORTES

DATOS DEL APORTANTE						
TIPO	NÚMERO	NOMBRE APORTANTE		DIRECCIÓN	TELÉFONO	CORREO
NI	901050109-6	SOPORTE ADMINISTRATIVO INTEGRAL SAS		CR 45 A 93 61	3502526471	gerencia@saisas.co
FORMA PRESENTACIÓN	CLASE APORTANTE	NOMBRE SUCURSAL	CÓDIGO	DEPARTAMENTO	CIUDAD / MUNICIPIO	
SUCURSAL	C – MIPYME	PRINCIPAL	PPAL	BOGOTÁ D. C.	BOGOTÁ, D.C.	

EXONERADO PAGO PARAFISCALES Y SALUD
SI

DATOS DE LA PLANILLA						
PLANILLA ASOCIADA	FECHA PAGO ASOCIADA (DIA/MES/AÑO)	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO (DIA/MES/AÑO)	NÚMERO PLANILLA	CANTIDAD	
					EMPLEADOS	UPC
					8	0
PERIODO SALUD	PERIODO PENSIONES				TOTAL A PAGAR	
2022-12	2022-11	E		63786398	$9.106.600	

DETALLE POR COTIZANTE

INFORMACIÓN COTIZANTE									INFORMACIÓN NOVEDADES																PENSIÓN							SALUD			RIESGOS LABORALES				CCF			PARAFISCALES				
No.	Tipo	No. de Identificación	Apellidos y Nombres	Cotizante	Subtipo	Extranjero	Colom. exterior	Estornado	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRL	CORRECCIÓN	Cód. AFP	IBC AFP	Cotización	Voluntario Afiliado	Voluntario Aportante	Fondo pensional de solidaridad	Fondo pensional de subsistencia	Cód. EPS	IBC EPS	Cotización / Valor UPC	Cód. ARL	IBC ARL	Clase de Riesgo	Cotización	Código CCF	IBC CCF	Aporte CCF	IBC otros parafiscales	Aporte SENA	Aporte ICBF	Aporte ESAP	Aporte MEN
1	CC	1010223465	CORONADO BORJA MAURICIO	1	0			S								X								230301	6.500.000	1.040.000	0	0	32.500	32.500	EPS017	6.500.000	260.000	14-4	6.500.000	1	34.000	CCF24	6.500.000	260.000	0	0	0	0	0
2	CC	1013603821	ROTTA SERRANO JEIMMY MARCELA	1	0			S																230301	9.900.000	1.584.000	0	0	49.500	49.500	EPS005	9.900.000	396.000	14-4	9.900.000	1	51.700	CCF24	9.900.000	396.000	0	0	0	0	0
3	CC	1013658152	ROTTA SERRANO SALLY YICETH	1	0			S	X															230301	1.000.000	160.000	0	0	0	0	EPS008	1.000.000	40.000	14-4	1.000.000	1	5.300	CCF24	1.000.000	40.000	0	0	0	0	0
4	CC	1014252292	ROSERO MARTINEZ CRISTIAN ROLANDO	1	0			S																230301	2.700.000	432.000	0	0	0	0	EPS008	2.700.000	108.000	14-4	2.700.000	1	14.100	CCF24	2.700.000	108.000	0	0	0	0	0
5	CC	1192784792	VARGAS POSADA MICHELL VALENTINA	1	0			S								X								25-14	2.062.500	330.000	0	0	0	0	EPS008	2.062.500	82.500	14-4	2.062.500	1	10.800	CCF24	2.062.500	82.500	0	0	0	0	0
6	CC	53161053	SANCHEZ ALARCON ANGELA PATRICIA	1	0			S																231001	3.000.000	480.000	0	0	0	0	EPS008	3.000.000	120.000	14-4	3.000.000	1	15.700	CCF24	3.000.000	120.000	0	0	0	0	0
7	CC	66948752	LASSO GORDILLO PAULA ANDREA	1	0			S																25-14	1.000.000	160.000	0	0	0	0	EPS005	1.000.000	40.000	14-4	1.000.000	1	5.300	CCF24	1.000.000	40.000	0	0	0	0	0
8	CC	94535524	FINDLAY LASSO YOHNNY FERNANDO	1	0			S																25-14	9.900.000	1.584.000	0	0	49.500	49.500	EPS010	9.900.000	396.000	14-4	9.900.000	1	51.700	CCF24	9.900.000	396.000	0	0	0	0	0

Este documento está clasificado como PRIVADO por parte de Compensar Operador de Información

CERTIFICACIÓN DEL PAGO DE APORTES AL SISTEMA DE SEGURIDAD SOCIAL INTEGRAL Y PARAFISCALES

El suscrito Yohnny Fernando Findlay Lasso identificado con C.C. No. 94.535.524 actuando en mi calidad de representante legal de la compañía SOPORTE ADMINISTRATIVO INTEGRAL SAS con Nit.901.050.109-6

CERTIFICO

Que de conformidad con lo dispuesto en el artículo 50 de la ley 789 del 27 de diciembre de 2002, la compañía SOPORTE ADMINISTRATIVO INTEGRAL SAS., ha dado cumplimiento oportuno y completo con los aportes y demás obligaciones legales que le corresponden respecto del Sistema de Seguridad Social durante los últimos seis (6) meses, en cuanto a Salud, Pensiones, Riesgos Profesionales y cuando ha sido del caso con los aportes al Servicio Nacional de Aprendizaje, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar y Cajas de Compensación Familiar.

Que, a la fecha de esta certificación, la última nómina pagada fue la del mes de noviembre de 2022, y la última planilla pagada de aportes a seguridad social corresponde al periodo noviembre de 2022, aportes que fueron pagados en el mes de diciembre de 2022, se encuentra al día y a paz y salvo por todo concepto relacionado con dichos aportes.

Dado en Bogotá D.C., a los nueve (05) días del mes de diciembre de 2022



YOHNNY FERNANDO FINDLAY LASSO
C.C. No. 94.535.524 de Cali
Representante Legal
Soporte Administrativo Integral SAS


REPUBLICA DE COLOMBIA
IDENTIFICACION PERSONAL
CEDULA DE CIUDADANIA
NUMERO 94.535.524
FINDLAY LASSO
APELLIDOS
YOHNNY FERNANDO
NOMBRES
FIRMA


INDICE DERECHO
FECHA DE NACIMIENTO 30-AGO-1979
CALI
(VALLE)
LUGAR DE NACIMIENTO
1.78
ESTATURA
O+
G.S. RH
M
SEXO
09-SEP-1997 CALI
FECHA Y LUGAR DE EXPEDICION
REGISTRADOR NACIONAL
CARLOS ARIEL SÁNCHEZ TORRES
A-1500150-00275134-M-0094535524-20110103
0025393264A 1
35687482

República de Colombia
Ministerio de Comercio, Industria y Turismo

UNIDAD ADMINISTRATIVA ESPECIAL | JUNTA CENTRAL DE CONTADORES

229785-T



ANGELA PATRICIA
SANCHEZ ALARCON
C.C. 53161053
RES. INSCRIPCION 504 DEL 30/06/2017
POLITECNICO GRANCOLOMBIANO

OSCAR EDUARDO FUENTES PEÑA
DIRECTOR GENERAL

234646 **249826**

UNIDAD ADMINISTRATIVA ESPECIAL | JUNTA CENTRAL DE CONTADORES

Esta tarjeta es el único documento que lo acredita como Contador Público de acuerdo con lo establecido en la Ley 43 de 1990. Es personal e intransferible.

Agradecemos a quien encuentre esta tarjeta comunicarse al PBX: (57)(1) 6444450 o devolverla a la UAE – Junta Central de Contadores a la Calle 96 No. 9 A – 21 Bogotá D.C

FIRMA

INFORME FINAL

TALLERES A LOS SERVIDORES PÚBLICOS DEL DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURISTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS DE SANTIAGO DE CALI EN EL MARCO DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN AL PREJUBILADO

Noviembre 2022

Contenido

1 INTRODUCCIÓN 7
2 ANTECEDENTES 9
2.1 Población objeto 10
3 OBJETIVO GENERAL DEL TALLER 10
4 OBJETIVO ESPECÍFICO DEL TALLER 10
5 CRONOGRAMA 13
6 METODOLOGÍA DE TRABAJO 15
7 DESARROLLO DE TALLERES 16
7.1 PROCESO BIOLOGICO DE ENVEJECIMIENTO, SALUD PREVENTIVA Y SEXUALIDAD EN LA PERSONA MAYOR 16
7.1.1 Objetivo general del taller. 16
7.1.2 Objetivo específico del taller 16
7.1.3 Metodología de trabajo propuesta 17
7.1.4 Desarrollo de talleres. 17
7.1.5 Resultados obtenidos 18
7.1.6 Impacto. 19
7.1.7 Valor agregado. 19
7.1.8 Consideraciones y recomendaciones. 19
7.1.9 Observaciones 19
8.1 DEPORTE Y AUTOCUIDADO 20
8.1.1 Objetivo general del taller. 21
8.1.2 Objetivo específico del taller 21
8.1.3 Metodología de trabajo propuesta 21
8.1.4 Desarrollo de talleres. 21
8.1.5 Resultados obtenidos 24
8.1.6 Impacto. 24
8.1.7 Valor agregado. 24
8.1.8 Consideraciones y recomendaciones. 24

8.1.9 Observaciones 24
9.1 ALIMENTACION SALUDABLE 25
9.1.1 Objetivo general del taller 25
9.1.2 Objetivo específico del taller 25
9.1.3 Metodología de trabajo propuesta 25
9.1.4 Desarrollo de talleres. 25
9.1.5 Resultados obtenidos 26
9.1.6 Impacto. 26
9.1.7 Valor agregado. 26
9.1.8 Consideraciones y recomendaciones. 27
9.1.9 Observaciones. 27
10.1 MOTIVACION 28
10.1.1 Objetivo general del taller 29
10.1.2 Objetivo específico del taller 29
10.1.3 Metodología de trabajo propuesta 29
10.1.4 Desarrollo de talleres. 30
10.1.5 Resultados obtenidos 31
10.1.6 Impacto. 31
10.1.7 Valor agregado. 31
10.1.8 Consideraciones y recomendaciones 31
10.1.9 Observaciones 32
11.1 ADAPTACION AL CAMBIO 33
11.1.1 Objetivo general del taller 34
11.1.2 Objetivo específico del taller 34
11.1.3 Metodología de trabajo propuesta 34
11.1.4 Desarrollo de talleres. 34
11.1.5 Resultados obtenidos 35
11.1.6 Impacto. 36
11.1.7 Valor agregado. 36
11.1.8 Consideraciones y recomendaciones 36
11.1.9 Observaciones 36
12.1 CAMBIO DE ROLES LABORALES / RELEVO GENERACIONAL, FAMILIARES, SOCIALES 37

12.1.1 Objetivo general del taller 38
12.1.2 Objetivo específico del taller 38
12.1.3 Metodología de trabajo propuesta 38
12.1.4 Desarrollo de talleres. 39
12.1.5 Resultados obtenidos 42
12.1.6 Impacto. 42
12.1.7 Valor agregado. 42
12.1.8 Consideraciones y recomendaciones 42
13.1 INTELIGENCIA EMOCIONAL 43
13.1.1 Objetivo general del taller 44
13.1.2 Objetivo específico del taller 44
13.1.3 Metodología de trabajo propuesta 44
13.1.4 Desarrollo de talleres. 44
13.1.5 Resultados obtenidos 46
13.1.6 Impacto. 46
13.1.7 Valor agregado. 46
13.1.8 Consideraciones y recomendaciones 47
13.1.9 Observaciones 47
14.1 OCUPACION DEL TIEMPO LIBRE 48
14.1.1 Objetivo general del taller 49
14.1.2 Objetivo específico del taller 49
14.1.3 Metodología de trabajo propuesta 49
14.1.4 Desarrollo de talleres. 49
14.1.5 Resultados obtenidos 52
14.1.6 Impacto. 52
14.1.7 Valor agregado. 52
14.1.8 Consideraciones y recomendaciones 53
14.1.9 Observaciones 53
15.1 PROYECTO DE VIDA – REALIZACION DE SUEÑOS 54
15.1.1 Objetivo general del taller 54
15.1.2 Objetivo específico del taller 54
15.1.3 Metodología de trabajo propuesta 54
15.1.4 Desarrollo de talleres. 55

15.1.5 Resultados obtenidos..... 57
15.1.6 Impacto..... 57
15.1.7 Valor agregado. 57
15.1.8 Consideraciones y recomendaciones..... 57
16.1 INTEGRACIÓN Y CONVIVENCIA SOCIOFAMILIAR..... 58
16.1.1 Objetivo general del taller..... 59
16.1.2 Objetivo específico del taller 59
16.1.3 Metodología de trabajo propuesta..... 59
16.1.4 Desarrollo de talleres. 59
16.1.5 Resultados obtenidos..... 64
16.1.6 Impacto..... 64
16.1.7 Valor agregado. 64
16.1.8 Consideraciones y recomendaciones..... 64
17.1 SOPORTE LEGAL PARA TRAMITE DE PENSIONES 65
17.1.1 Objetivo general del taller..... 65
17.1.2 Objetivo específico del taller 65
17.1.3 Metodología de trabajo propuesta..... 65
17.1.4 Desarrollo de talleres 65
17.1.5 Resultados obtenidos..... 66
17.1.6 Impacto..... 66
17.1.7 Valor agregado. 66
17.1.8 Consideraciones y recomendaciones..... 66
17.1.9 Observaciones..... 66
18.1 POSIBILIDADES OCUPACIONALES (INICIATIVA EMPRESARIAL O IDEAS DE NEGOCIO)..... 67
18.1.1 Objetivo general del taller..... 67
18.1.2 Objetivos específicos del taller..... 67
18.1.3 Metodología de trabajo propuesta..... 67
18.1.4 Desarrollo de talleres. 68
18.1.5 Resultados obtenidos..... 68
18.1.6 Impacto..... 68
18.1.7 Valor agregado. 68
18.1.8 Consideraciones y recomendaciones..... 68

19.1 PRESUPUESTO PERSONAL Y FAMILIAR 69
19.1.1 Objetivo general del taller 69
19.1.2 Objetivos específicos del taller 69
19.1.3 Metodología de trabajo propuesta 69
19.1.4 Desarrollo de talleres. 70
19.1.5 Resultados obtenidos 70
19.1.6 Impacto. 70
19.1.7 Valor agregado. 70
19.1.8 Consideraciones y recomendaciones 71
20.1 Estadísticas. 71
20.1.1 Aforo de Asistencia. 71
20.1.2 Asistencia y certificación 71
21.1 Ubicación de las actividades realizadas 73
22.1 Conclusión 74

1 INTRODUCCIÓN

La parte integral de la metodología, asistencia, logros obtenidos en la realización de ***talleres a los servidores públicos del distrito especial, deportivo, cultural, turístico, empresarial y de servicios de Santiago de Cali en el marco del programa de atención al prejubilado***, dentro de los diferentes aspectos abordados y los temas tratados se busca que exista una mayor conciencia de como las diferentes situaciones de la vida y el proceso de jubilación puede afectar nuestro estado emocional o el cómo nuestro estado emocional afecta una nueva etapa de la vida, se abordan temas específicos como lo son el cómo me cuido por medio del deporte, cuáles son los aspectos que debo tener en cuenta para realizar una actividad física, como ocupo mi tiempo libre, alternativas de negocio, que debo tener en cuenta para mi jubilación, la ocupación en mi tiempo libre, como afrontar los cambios y ajustar mis proyecto de vida, como debo llevar mi sexualidad y el manejo correcto de mi economía. Lo cierto es que una mentalidad positiva afecta al rendimiento óptimo del individuo, la gestión de las emociones es determinante a la hora de construir y asumir los cambios y lograr un plan de vida estable en los que refuerzan los factores psicológicos y físicos que son importante solamente para la adherencia, sino que la psicología aporta también conocimiento sobre cómo podemos maximizar la experiencia de ciertos aspectos como la memoria, el cambio físico y las emociones.

En todo el mundo, el 23% de los adultos y el 81% de los adolescentes (de 11 a 17 años) no siguen las recomendaciones mundiales relativas a la actividad salud física y mental. La prevalencia de la inactividad varía considerablemente entre los países y en cada uno de ellos (alcanza al 80% en algunos grupos de población adulta), y la inactividad aumenta junto con el desarrollo económico, debido a cambios en las modalidades de transporte, el uso de la tecnología, la urbanización y los valores culturales.

Asimismo, en situaciones de emergencias y crisis, las alternativas de ocupación pueden formar parte de programas orientados a satisfacer necesidades sanitarias y sociales. Tal como se destaca en el Plan de acción de Kazán, «el deporte para todos, incluidos los deportes y juegos tradicionales, es un ámbito en el que resulta fundamental la intervención de los gobiernos para explotar plenamente el potencial de la actividad física con miras al desarrollo personal y social.

La jubilación es una de las etapas del ciclo vital que trae consigo perdidas a nivel personal y social, que de no ser encaminadas y manejadas adecuadamente puede generar alteraciones en el bienestar personal y social, ya que el trabajo genera vínculos y otros componentes importantes, tal y como lo plantea Sirlin. C (2007) “La vida es un continuo cambio que supone atravesar diferentes etapas, cada una con sus características, posibilidades y limitaciones. La edad cronológica determina edades (niñez, adolescencia, juventud, adultez, madurez...) y acontecimientos que transcurren determinan etapas que vienen condicionadas por lo realizado en las anteriores. Imperativos legales establecen una edad de retiro. El trabajo estructura la vida en relación con tiempos, actividades, relaciones, estatus, creatividad, desarrollo de aptitudes y determina su identidad. La interrupción de la actividad laboral produce una ruptura que requiere un proceso de adaptación.” Y precisamente en este taller se busca generar una reflexión personal sobre este proceso de

cambio o transición, en el cual se logre encaminar hacia una percepción positiva sobre el mismo.

Los temas de abordaron bajo una metodología de taller vivencial, con enfoque centrado en la persona, son espacios donde se promueve el aprendizaje de competencias para la vida.

Se trabajaron los conceptos como; definición de cambio, la curva del cambio, herramientas para adaptarse mejor y ver el camio como algo positivo.

La mayoría se encuentran en curso de vida vejez o próximo a este y es importante que conozcan los cambios que están experimentando tanto física y mentalmente y los que experimentaran a medida que avancen en edad, que estos cambios cuando se reconocen y se aceptan adecuadamente la persona puede disfrutar de una mejor calidad de vida y un envejecimiento activo.

2 ANTECEDENTES

El subproceso de Taller y Estímulos es el encargado de llevar a cabo el desarrollo del Plan Institucional de Taller (PIC), El Programa de Bienestar Social e Incentivos y los demás que establezca la ley, dirigidos a los servidores públicos de la administración Distrital.

Las entidades del Estado tiene la obligación de brindar herramientas a los servidores públicos que están próximos a retirarse para que puedan manejar la crisis propia del cambio y enfrentar de manera saludable su nuevo estado, planteando acciones para fortalecer su proyecto de visa y así generar el menor traumatismo posible logrando una transición satisfactoria; esto con el objetivo de que el funcionamiento continue con una vida autónoma, integrada y gratificante durante su etapa post jubilatoria.

Por ello es importante trabajar temas que aborden el proceso biológico de envejecimiento, salud preventiva, autocuidado, sexualidad en la persona mayor, motivación, adaptación al cambio, posibilidades ocupacionales, ocupación del tiempo, integración, convivencia socio familiar, presupuesto personal y familiar.

2.1 Población objeto

Funcionarios Administración Distrital inscritos voluntariamente al programa			
Edad de 52 a 69 años	**50 funcionarios**	**16 hombres**	**34 mujeres**

Es importante resaltar que así sea una obligación del servidor público retirarse cuando cumple la edad de retiro forzoso, esto no sucede inmediatamente; ya que, una vez radicada la documentación requerida, el trámite dura mínimo 6 meses a la espera de la respuesta y en algunas ocasiones el funcionario apela la respuesta lo que hace que el proceso demore más.

La nómina de la Administración es una nómina longeva, las personas que están próximos a jubilarse y/o pensionarse son de 430 personas, de dicha población para la presente vigencia se trabaja con 50 funcionarios.

Reconociendo la responsabilidad social y lo propósitos organizacionales, la administración Central de Santiago de Cali Distrito especial, debe emprender acciones que le permitan ocuparse de la actividad de vida de sus colaboradores más allá de los relacionado con su actividad laboral, sobre todo los funcionarios que están próximos a retirase laboralmente.

3 OBJETIVO GENERAL DEL TALLER.

Brindar herramientas a los servidores públicos que están próximos a retirarse para que puedan manejar la crisis propia del cambio y enfrentar de manera saludable su nuevo rol frente a la sociedad, planteando acciones vivenciales para fortalecer su proyecto de vida y así generar el menor traumatismo logrando una transición satisfactoria con una vida autónoma, integrada y gratificante durante su etapa post jubilatoria.

4 OBJETIVO ESPECÍFICO DEL TALLER.

- ✓ Efectuar cambio en cultura de autocuidado y prevenir enfermedades no transmisibles.
- ✓ Conocer su índice de masa corporal, como medidas antropométricas, para reconocer su posible estado de salud. Generando autoconocimiento.
- ✓ Sensibilizar en la importancia de los hábitos saludables y sus efectos en la salud física y mental.

- ✓ Generar un espacio de sensibilización acerca de los diferentes cambios que se danen el proceso evolutivo.

- ✓ Mejorar la percepción de los términos: nutrición, dieta, comer balanceado oalimentación saludable. Para generar adherencia a cambios alimenticios que aportan al autocuidado de su salud.

- ✓ Auto reconocer la motivación que aplica el participante y brindar pautas para el bienestar de su salud física y mental.

- ✓ Sensibilizar a los participantes ante el cambio como algo constante y positivo de lavida.

- ✓ Favorecer la reflexión acerca de los elementos necesarios para potenciar la integración y sana convivencia sociofamiliar.

- ✓ Estimular la implementación de habilidades comunicacionales en pro de la mejora de la convivencia sociofamiliar.

- ✓ Educar a las personas mayores en cuanto a los cambios que se sufren durante el proceso del envejecimiento.

- ✓ Educar a las personas mayores en cuanto a la prevención de enfermedades desdela prevención primaria para un envejecimiento activo.

- ✓ Lograr que las personas mayores conozcan que la sexualidad es un derecho y pueden disfrutarla de forma segura y que, además, una buena sexualidad tiene beneficios para la salud física y mental.
- ✓ Dar a conocer la importancia de la adecuada ocupación del tiempo libre en la salud integral, el desarrollo personal, el bienestar y la calidad de vida.

- ✓ Exploración de los sueños y metas de los participantes, para plasmar un bosquejo inicial de su proyecto de vida posterior a la jubilación.

- ✓ Sensibilizar a los participantes ante los aspectos positivos y la importancia de adaptarse al cambio, por medio de la exposición de la temática y ejercicios guiados;que permitan reflexionar sobre las vivencias actuales de cambio a nivel personal, laboral, familiar y social.
- ✓ Estimular la implementación de habilidades comunicacionales que conduzcan al abordaje asertivo del conflicto.
- ✓ Fomentar la comprensión de los beneficios del trabajo en equipo a nivel familiar enpro de la integración y convivencia sociofamiliar.

5 TEMARIO Y PROFESIONAL A CARGO

No	PROFESIONAL	TEMA-GRUPO 1
1	Doctora gerontóloga	Proceso biológico de envejecimiento
2	Doctora gerontóloga	Salud Preventiva
3	Doctora gerontóloga	Sexualidad en la persona Mayor
4	psicólogo	Inteligencia Emocional
5	psicólogo Especialización enPsicología Deportiva	Deporte y autocuidado
6	psicólogo Especialización enPsicología Deportiva	Alimentación saludable
7	psicólogo Especialización enPsicología Deportiva	Motivación
8	psicólogo	Adaptación al cambio
9	Trabajadora social	Proyecto de vida / realización desueños
10	Trabajadora social	Integración y convivencia sociofamiliar
11	psicólogo	Ocupación del tiempo libre
12	Trabajadora social	Cambio de roles laborales / relevogeneracional, Familiares, Sociales
13	Contador o profesional enfinanzas	Posibilidades Ocupacionales (iniciativa empresarial o ideas denegocio)
14	Contador o profesional enfinanzas	Presupuesto personal y familiar
15	Abogado	Soporte legal para tramite de pensión

No	PROFESIONAL	TEMA-GRUPO 2
1	Doctora gerontóloga	Proceso biológico de envejecimiento
2	Doctora gerontóloga	Salud Preventiva
3	Doctora gerontóloga	Sexualidad en la persona Mayor
4	psicólogo	Inteligencia Emocional
5	psicólogo Especialización enPsicología Deportiva	Deporte y autocuidado
6	psicólogo Especialización enPsicología Deportiva	Alimentación saludable
7	psicólogo Especialización enPsicología Deportiva	Motivación
8	psicólogo	Adaptación al cambio
9	Trabajadora social	Proyecto de vida / realización desueños
10	Trabajadora social	Integración y convivencia sociofamiliar
11	psicólogo	Ocupación del tiempo libre
12	Trabajadora social	Cambio de roles laborales / relevogeneracional, Familiares, Sociales
13	Contador o profesional enfinanzas	Posibilidades Ocupacionales (iniciativa empresarial o ideas denegocio)
14	Contador o profesional enfinanzas	Presupuesto personal y familiar
15	Abogado	Soporte legal para tramite de pensión

6 DISEÑO DE CAPACITACIONES SOBRE TALLERES EN EL MARCO DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN AL PREJUBILIADO

En el presente ítem, se podrá encontrar la estructura y el diseño del taller y/o capacitaciones planeadas según los siguientes temas:

- Proceso biológico de envejecimiento
- Salud Preventiva
- Sexualidad en la persona Mayor
- Inteligencia Emocional
- Deporte y autocuidado
- Alimentación saludable
- Motivación
- Adaptación al cambio
- Proyecto de vida / realización de sueños
- Integración y convivencia socio familiar
- Ocupación del tiempo libre
- Cambio de roles laborales / relevo generacional, Familiares, Sociales
- Posibilidades Ocupacionales (iniciativa empresarial o ideas de negocio)
- Presupuesto personal y familiar
- Soporte legal para tramite de pensión

El programa está planeado para ejecutarse en 6 semanas en donde combinara breves presentaciones de contenidos teóricos con ejercicios prácticos. Los integrantes del grupo escuchan la presentación e interactúan basados en el material a proponer (recursos audiovisuales, practicas al aire libre, folletos y ejemplos didácticos), para después juntarse en pequeños grupos, analizar la información y ponerla en práctica. El facilitador o los facilitadores guían de cerca losejercicios. Se sugiere un tiempo para cada actividad, sin embargo, se puede ajustarsegún el grupo y sus necesidades.

CARTAS DESCRITIVAS

Semana 1: Integración y convivencia socio familiar y motivación

OBJETIVO GENERAL:			
Favorecer la reflexión acerca de los elementos necesarios para potenciar la integración y sana convivencia sociofamiliar.			
Reconocer la motivación que aplica el participante y brindar pautas para el bienestar de su salud física y mental.			
Al concluir cada módulo los participantes podrán:	**Contenidos (temas y subtemas)**	**Estrategias de enseñanza-aprendizaje**	**Material**
Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación	1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores	Bienvenida Presentación del facilitador	Video Beam
Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso	2. Presentación:	Dinámica de presentación	
	Presentación de los integrantes del grupo		
	Expectativas respecto de la capacitación		
Conocer sobre conceptos de Motivación y tipos	¿Qué es la motivación?	Se solicita plasmar en una hoja en blanco alrededor de una figura humana dibujado por ellos mismos, lo que quieres: Salud física, mental y metas a futuro.	Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
comprensión de los beneficios del trabajo en equipo a nivel familiar en pro de la integración y convivencia sociofamiliar	Se implementarán actividades lúdicas las cuales son:	talleres grupales en modalidad presencial, con la implementación de técnicas experienciales vivenciales	Sabana
	Técnica “La ronda”		Marcadores
	Técnica “Caja de conflictos familiares"		Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
	Técnica “La sabana”		
	Técnica: La escritura en grupo		
	Ronda: ¡¡Me quiero Mucho!!		
Los participantes lograran identificar factores que entorpecen la comunicación asertiva en diferentes espacios de su vida.			
Los asistentes podrán reconocer estrategias de abordaje del conflicto, a través de las historias de los otros.			
Permitirá a los participantes comprender las acciones positivas en pro de la integración y convivencia sociofamiliar.			
Reconocimiento de proyectos nuevos, donde incluyen salud física y mental y ante todo cambios de hábitos. Autoconocimiento como factor importante.			

CARTAS DESCRITIVAS

Semana 2: Proceso biológico de envejecimiento, salud preventiva y sexualidad en la persona mayor y Cambio de roles laborales / relevo generacional, Familiares, Sociales

OBJETIVO GENERAL:			
Plantear un programa de capacitaciones sobre temas de relevancia para personas mayores, trabajadores de la Alcaldía de Cali próximos a la jubilación.			
Generar un espacio de sensibilización acerca de los diferentes cambios que se dan en el proceso evolutivo del ser humano a nivel individual y familiar			
Al concluir cada módulo los participantes podrán:	**Contenidos (temas y subtemas)**	**Estrategias de enseñanza-aprendizaje**	**Material**
Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación	1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores	Bienvenida Presentación del facilitador	Video Beam
Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso	2. Presentación:	Dinámica de presentación	
	Presentación de los integrantes del grupo		
	Expectativas respecto de la capacitación		
Lograr que las personas mayores conozcan que la sexualidad es un derecho y pueden disfrutarla de forma segura, placentera y que, además, una buena sexualidad tiene beneficios para la salud física y mental	Proceso Biológico del envejecimiento	Se desarrollarán capacitaciones de forma presencial a través de charlas educativas de forma interactiva y dinámica donde se motive la participación del grupo	Video Beam
	Salud preventiva		
	Sexualidad en la persona mayor		
Podrán tener una actitud reflexiva y de autoevaluación frente a los aspectos que influyen en su toma de decisiones, acerca del proceso actual en el que se encuentran.	Se implementarán actividades lúdicas las cuales son:	Reunión grupal para trabajar a partir experiencias personales vividas	Cartulinas
	Técnica “Círculos concéntricos”		fotos
	Técnica “El árbol del corazón”		Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
	Técnica “El baúl de los recuerdos”		Video Beam
Se brindarán estrategias de afrontamiento ante diversas situaciones acontecidas en las áreas de la vida: familiar, laboral, entre otras.			

CARTAS DESCRITIVAS

Semana 3: Alimentación saludable, Adaptación al cambio, Posibilidades Ocupacionales (iniciativa empresarial o ideas de negocio)

OBJETIVO GENERAL:			
Mejorar la percepción de los términos: nutrición, dieta, comer balanceado o alimentación saludable. Para generar adherencia a cambios alimenticios que aportan al autocuidado de su salud.			
Sensibilizar a los participantes ante el cambio como constante, enriquecedor y necesario en los diferentes ciclos vitales.			
Enfocar el emprendimiento, como una alternativa de generación de nuevos ingresos, creación de nuevos negocios y diseño de pautas para la sostenibilidad y el éxito.			
Al concluir cada módulo los participantes podrán:	**Contenidos (temas y subtemas)**	**Estrategias de enseñanza-aprendizaje**	**Material**
Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación	1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores	Bienvenida Presentación del facilitador	Video Beam
Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso	2. Presentación:	Dinámica de presentación	
	Presentación de los integrantes del grupo		
	Expectativas respecto de la capacitación		
Identificar la importancia de la alimentación saludable y la interacción con nuestro cuerpo	Actividad de Atención y concentración	Cada participante realizara su cronograma alimenticio del día anterior. Con el objetivo de lograr reconocer hábitos alimenticios (horarios y tipos de alimentos), que consumieron	video Beam Computador Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos Pesa Metro
Podrán identificar oportunidades de cambios óptimos en el día a día	¿Cuáles son los principales cambios que se afrontan en esta etapa de la vida?	Atreves de una dinámica grupal la cual pretende que los participantes activen su creatividad ante una situación inesperada	video Beam
Identificar las diferentes clases de emprendimiento.	¿Qué es emprendimiento?	Ejemplos prácticos de la vida cotidiana	video Beam
Analisis de los ejemplos de empresas internacionales con enfoque expansionistas	Tipos de emprendimiento		

CARTAS DESCRITIVAS

Semana 4: Inteligencia Emocional

<table>
<tr><th colspan="4">OBJETIVO GENERAL:</th></tr>
<tr><td colspan="4">Sensibilizar a los participantes ante la importancia de la gestión emocional para los diferentes contextos en los que se desenvuelve, en la toma de decisiones y actuar.</td></tr>
<tr><td>Al concluir cada módulo los participantes podrán:</td><td>Contenidos (temas y subtemas)</td><td>Estrategias de enseñanza-aprendizaje</td><td>Material</td></tr>
<tr><td>Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación</td><td>1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores</td><td>Bienvenida Presentación del facilitador</td><td>Video Beam</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso</td><td>2. Presentación:</td><td rowspan="3">Dinámica de presentación</td><td></td></tr>
<tr><td>Presentación de los integrantes del grupo</td><td></td></tr>
<tr><td>Expectativas respecto de la capacitación</td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="4">Manejar sus emociones de acuerdo con el sentido común</td><td>¿cómo llegan las emociones?</td><td rowspan="4">Se centralizará en un taller presencial en donde se realizará ejercicios escritos</td><td>Video Beam</td></tr>
<tr><td>¿cómo llegan las emociones?</td><td rowspan="3">Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos</td></tr>
<tr><td>¿qué las desencadena?</td></tr>
<tr><td>¿cómo poner inteligencia a las emociones?</td></tr>
<tr><td colspan="4">Se brindo información adicional como libros, videos, películas, técnicas para revisar en casa individual y familiarmente.</td></tr>
</table>

CARTAS DESCRITIVAS

Semana 5: Ocupación del tiempo libre

<table>
<tr><th colspan="4">OBJETIVO GENERAL:</th></tr>
<tr><td colspan="4">Resaltar la importancia de la adecuada ocupación y planeación del tiempo libre en la salud integral, el desarrollo personal, el bienestar emocional y la calidad de vida en la población próxima a pensionarse.</td></tr>
<tr><th>Al concluir cada módulo los participantes podrán:</th><th>Contenidos (temas y subtemas)</th><th>Estrategias de enseñanza- aprendizaje</th><th>Material</th></tr>
<tr><td>Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación</td><td>1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores</td><td>Bienvenida Presentación del facilitador</td><td>Video Beam</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso</td><td>2. Presentación:</td><td rowspan="3">Dinámica de presentación</td><td></td></tr>
<tr><td>Presentación de los integrantes del grupo</td><td></td></tr>
<tr><td>Expectativas respecto de la capacitación</td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="11">Administrar y gestionar el tiempo libre de formas más eficiente</td><td>Se implementarán actividades lúdicas las cuales son:</td><td rowspan="11">Se realiza un ejercicio individual con el fin de explorar los recuerdos y promover las proyecciones futuras de disfrute de tiempo libre y recreación, en el cual cada participante escoge una palabra de una lista de palabras dadas y escribe o piensa en un recuerdo de su vida relacionado a dicha palabra y como la espera proyectar en el presente y futuro,</td><td>Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos</td></tr>
<tr><td>Tiempo libre</td><td rowspan="10">Video Beam</td></tr>
<tr><td>Ocio</td></tr>
<tr><td>Recreación</td></tr>
<tr><td>Beneficios de planificar el tiempo</td></tr>
<tr><td>Leyes para la organización del tiempo</td></tr>
<tr><td>Importancia de evaluar el equilibrio de la ocupación del tiempo</td></tr>
<tr><td>La rueda de la vida</td></tr>
<tr><td>Herramientas para planificar el tiempo.</td></tr>
</table>

CARTAS DESCRITIVAS

Semana 6: Deporte y autocuidado, Proyecto de vida / realización de sueños, Presupuesto personal y familiar, Soporte legal para tramite de pensión

OBJETIVO GENERAL:			
Sensibilizar la importancia de la reducción de la inactividad física en adultos y adolescentes, con respecto a los valores de referencia de 2016(según datos de la organización mundial de la Salud a 2018).			
Propiciar un espacio para la exploración de los sueños y las metas de los participantes, y así plasmar un bosquejo inicial de su proyecto de vida posterior a la jubilación.			
La elaboración y manejo de un presupuesto personal y familiar tiene como objetivo el suministro de información clara y real del estado financiero actual y basado en esto, tomar decisiones que optimicen el manejo adecuado de los recursos			
Es garantizar a la población la información veraz sobre las contingencias derivadas de la vejez, la invalidez y la muerte, mediante el reconocimiento de las pensiones y prestaciones que se determinan en la presente ley, así como propender por la ampliación progresiva de cobertura a los segmentos de población no cubiertos con un sistema de pensiones.			
Al concluir cada módulo los participantes podrán:	**Contenidos (temas y subtemas)**	**Estrategias de enseñanza-aprendizaje**	**Material**
Conocer al facilitador, la dinámica de trabajo y los objetivos de la capacitación	1. Introducción: Bienvenida Presentación de los facilitadores	Bienvenida Presentación del facilitador	Video Beam
Conocer a los miembros del grupo e identificar miedos y expectativas respecto al curso	2. Presentación:	Dinámica de presentación	
	Presentación de los integrantes del grupo		
	Expectativas respecto de la capacitación		
Afianzar la importancia que tiene el deporte en nuestras vidas cotidianas, salud física y mental	¿Qué es Autocuidados?	Ejercicios de estimulación cognitiva	Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
	Factores de riesgos	Lluvia de ideas de las actividades	Video Beam
	Dialogo de la actividad física		
Podrá describir las pautas de un proyecto de vida	Técnica “Mapa de los sueños”	Se brindará un espacio en el cual los participantes se reúnan en grupo para trabajar a partir de experiencias personales, sobre algún tema específico.	Hoja en blanco y lápiz, marcadores o esferos
	Técnica “El globo de la autoestima”		Video Beam
Manejo del control del presupuesto personal y familiar usando diversas herramientas para llevar el control	¿qué se entiende por presupuesto personal y familiar?	Ejemplos prácticos de la vida cotidiana	Video Beam

7 METODOLOGÍA DE TRABAJO.

El desarrollo de las 10 sesiones por cada grupo fue realizado en seis (6) jornadas, dos de cuatro (4) horas y cuatro de ocho (8) horas. Estas se desarrollaron en el Hotel Torre de Cali ubicado en la dirección Av. de las Américas #18N - 26, el Orquideorama ubicado en la dirección Av. 2 Nte. # 48-10, Olaya Herrera. En este último específicamente, se adelantaron dos (2) de las seis jornadas al aire libre, en un espacio de 8 horas y en compañía del conyugue o familiar del servidor público.

Estas sesiones permitieron ir intercambiando técnicas como clases magistrales o dirigidas, vivenciales y de interacciones, realizando actividades que ayudaran a comprobar habilidades psicológicas, físicas de conocimiento general sobre los temas tratados, además de tener en cuenta la participación y experienciade los participantes para que desde ese saber se reconstruya su camino a la etapa de la jubilación.

Las sesiones se realizaron de manera presencial a través de charlas educativas de forma interactiva y dinámica donde se motivó la participación del grupo, se tuvo en cuenta sus opiniones y se resolvieron sus inquietudes de manera oportuna y sobre bases experienciales.

Durante el desarrollo de las actividades se realizaron pausas activas, ejercicios de estiramiento, luego se retomaba la charla y al finalizar la Taller se realizaba una dinámica con la finalidad de estimular las capacidades cognitivas de los participantes y lograr la integración de los mismos, para estas actividades dinámicas se dividió el grupo en dos equipos el equipo que ganaba colocaba una penitencia al equipo perdedor, en estas penitencias los participantes tuvieron de oportunidad de expresar sus habilidades artísticas cantando, recitando poesías, bailando, etc.

Utilizando herramientas como diapositivas, videos para lograr la conceptualización del mismo, enfatizando en temas como el significado general y construido de cambio, la curva del cambio, la curva del cambio, herramientas para adaptarse mejor y ver el camio como algo positivo, además se realizaron dinámicas con propósito que permitieron poner en contexto de cambio y ver la necesidad de ser creativos ante lo inesperado, de igual forma, ejercicios escritos guiados con preguntas abiertas para la reflexión personal (en los cuales se utilizaron hojas de block y hoja de ruta), socializaciones espontaneas de lo realizado en el trabajo personal motivando a la participación; donde los asistentes generan constructos según sus individualidades y preconcepciones y a la vez integran a estos, los nuevos conceptos y percepciones.

8 DESARROLLO DE TALLERES.

8.1 PROCESO BIOLOGICO DE ENVEJECIMIENTO, SALUD PREVENTIVA Y SEXUALIDAD EN LA PERSONA MAYOR

En este taller se realizaron tres capacitaciones dirigidas a personas mayores que han trabajado durante muchos años de sus vidas al servicio del Municipio de Cali, desempeñándose en diferentes áreas como: administrativa, salud, turismo planeación,

movilidad, infraestructura,etc. que se encuentran en proceso de retiro.

Los temas abordados en el Taller fueron:

- *Proceso Biológico del envejecimiento*
- *Salud Preventiva*
- *Sexualidad en la Persona Mayor.*

Estos tres temas de vital importancia para los participantes ya que, la mayoría se encuentran en curso de vida vejez o próximo a este y es importante que conozcan los cambios que están experimentando tanto física y mentalmente y los que experimentaran a medida que avancen en edad, que estos cambios cuando se reconocen y se aceptan adecuadamente la persona puede disfrutar de una mejor calidad de vida y un envejecimiento activo. Pienso que en cuanto a los resultados que se esperaban se han cumplido las expectativas de los participantes ya que las capacitaciones se llevaron a cabo de forma dinámica y participativa, donde se les dio la oportunidad de expresar dudas, compartir sus experiencias, resolver interrogantes, se dieron intercambios de ideas. En cuanto a los temas tratados se les explico a los participantes los procesos biológicos del envejecimiento que comprenden las tres esferas bio-psico- social, en que consiste salud preventiva que hay diferentes formar de prevenir enfermedades y si éstas ya están presente la importancia de mantenerlas controladas y evitar complicaciones para lograr un envejecimiento activo y que la sexualidad en el envejecimiento no se termina, se deja claro que la sexualidad en un derecho, se brindaron pautas para una sexualidad segura y placentera, además, se les habló de los beneficios que esto le aporta a la calidad de vida de las personas.

7.1.1 Objetivo general del taller.

Plantear un programa de capacitaciones sobre temas de relevancia para personas mayores, trabajadores de la Alcaldía de Cali próximos a la jubilación.

7.1.2 Objetivo específico del taller.

- ✓ Educar a las personas mayores en cuanto a los cambios que se sufren durante el proceso del envejecimiento.
- ✓ Educar a las personas mayores en cuanto a la prevención de enfermedades desde la prevención primaria para un envejecimiento activo.
- ✓ Lograr que las personas mayores conozcan que la sexualidad es un derecho y pueden disfrutarla de forma segura, placentera y que, además, una buena sexualidad tiene beneficios para la salud física y mental.

7.1.3 Metodología de trabajo propuesta.

Se desarrollan capacitaciones de forma presencial a través de charlas educativas de forma interactiva y dinámica donde se motivó la participación del grupo, se tuvo en cuenta sus opiniones y se resolvieron sus preguntas. Durante el desarrollo de las actividades se

realizaron pausas activas, ejercicios de estiramiento, luego se retomaba la charla y al finalizar la capacitación se realizaba una dinámica con la finalidad de estimular las capacidades cognitivas de los participantes y lograr la integración de los mismos, para estas actividades dinámicas se dividió el grupo en dos equipos el equipo que ganaba colocaba una penitencia al equipo perdedor, en estas penitencias los participantes tuvieron de oportunidad de expresar sus habilidades artísticas cantando, recitando poesías, bailando, etc.

7.1.4 Desarrollo de talleres.

Los talleres de capacitación se desarrollaron en diferentes encuentros presenciales dos de ellos en un salón de conferencias en el Hotel Torre de Cali en la Ciudad de Cali y uno se desarrolló en el Orquideorama de Cali. En estas capacitaciones se realizaron charlas temáticas con la participación activa del grupo, a medida que se tocaban puntos clave de los diferentes temas, a manera de hacer énfasis en la prevención primaria se explicó la importancia del desarrollo de algunas actividades que pueden servir como herramienta para una buena calidad de vida y envejecimiento activo como las pausas activas, los estiramientos y algunas actividades de estimulación cognitiva y concentración que se pueden llevar a cabo dentro de la rutina del diario vivir de los participantes, además, los participantes compartieron sus vivencias personales en cuanto a una actitud positiva frente a la enfermedad.

Registro fotográfico de actividades.











7.1.5 Resultados obtenidos.

Como resultados de la actividad logramos una mayor integración del grupo de participantes, se compartieron experiencias de los participantes tanto en el ámbito laboral como familiar

y personal, los participaron se sintieron libres de expresar sus opiniones, dudas y se resolvieron algunas interrogantes en cuanto al proceso de envejecimiento, la prevención de enfermedades en las personas mayores y la sexualidad en la vejez. Desde el inicio del taller se fue rompiendo el hielo con el grupo ya que cada uno se presentó, identifico el área en la cual se desempeña laboralmente dentro de la institución y cuantos años llevan en ese cargo, había algunos integrantes más conocidos que otros entre ellos, trabajaron en equipo en las dinámicas.

A medida que avanzaba el taller se lograba mayor participación y se resolvían más interrogantes de los participantes en cuanto a su envejecimiento y los diferentes temas, de igual manera hubo la participación de los acompañantes.

7.1.6 Impacto.

El impacto logrado y manifestado por los participantes ante esta actividad refirieron que les gustó mucho la actividad por que aprendieron cosas que desconocían en cuanto a los cambios que están viviendo en las diferentes esferas bio-psico social, la importancia de mantenerse activos, realizar estiramientos y actividad física como medidas preventivas, que hablar de sexualidad en la vejez no es un “tabú”; que hablar de sexualidad en la vejez es una necesidad y que todos por igual sin diferencias de edades tienen derecho a disfrutar de una sexualidad plena y placentera, que si existe alguna limitación se pueden brindar herramientas o estrategias al consultarlo con su médico, que es fundamental fortalecer la confianza y la relación de pareja.

7.1.7 Valor agregado.

Como valor agregado se puede plantear que en la capacitación se les indicaron algunas recomendaciones para el mantenimiento de la salud de los participantes como prevención primaria que tiene repercusiones positivas tanto en el ámbito laboral y profesional como lo son la realización de pausas activas en sus sitios de trabajo e incluso en sus hogares, realizar actividad física en su tiempo libre. Inicialmente los participantes no le daban importancia a realizar pausas activas o estiramientos; en la última charla el grupo manifestó que en esa semana le han dedicado tiempo a realizar estiramientos y actividad física que no estaban realizando.

7.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

Uno de los participantes nos compartió su experiencia como sobreviviente de cáncer, como la enfermedad inicialmente afecto su calidad de vida personal, familiar y relación en pareja y como con el apoyo familiar y de su pareja lograron enfrentar sus dificultades y en la actualidad disfruta de una vida plena y un envejecimiento activo, compartido al grupo que sus dificultades en la vida lo han fortalecido cada vez más y lo ha llevado a mirar la vida desde una perspectiva positiva y llena de gratitud.

7.1.9 Observaciones.

No tengo acotaciones respecto al programa o algún colaborador. Sin embargo, quiero resaltar la colaboración de la compañera Paula y el señor Ubaldo que estuvieron muy

pendiente de todo, se mantuvo buena comunicación, buena actitud durante el desarrollo de las actividades.

Para mí ha sido gratificante haber colaborado en este taller ya que como profesional de la salud y siendo Especialista en Medicina Familiar es importante que la población en especial en curso de vida vejez conozcan los cambios que se producen en el envejecimiento para que estén preparados y se tomen medidas preventivas para evitar el desarrollo de enfermedades y si estas se presentan poder hacer un oportuno y adecuado control de las mismas con el objetivo de lograr un envejecimiento activo. Muchas gracias.

8.1 DEPORTE Y AUTOCUIDADO

- *Sensibilización actividad física:*

La inactividad física es un factor principal de riesgo de muerte prematura por enfermedades no transmisibles. En cambio, la actividad física regular está asociada a menores riesgos de cardiopatía, accidente cerebrovascular, diabetes y cáncer de mama y de colon, y a una salud mental y una calidad de vida mucho mejor.

En todo el mundo, el 23% de los adultos y el 81% de los adolescentes (de 11 a 17 años) no siguen las recomendaciones mundiales relativas a la actividad física. La prevalencia de la inactividad varía considerablemente entre los países y en cada uno de ellos (alcanza al 80% en algunos grupos de población adulta), y la inactividad aumenta junto con el desarrollo económico, debido a cambios en las modalidades de transporte, el uso de la tecnología, la urbanización y los valores culturales.

- *AUTOCUIDADO: Conjunto de acciones que se toman para proporcionarnos salud mental, física y emocional.*

Teniendo esto en cuenta, mientras que un masaje puede ser una forma de autocuidado, también puede ser salir a caminar, llamar a un amigo para conversar entre otras actividades.

El autocuidado es relativo, así como cada ser humano es único, el autocuidado es diferente para cada uno de nosotros.

> *La forma en que se cuida a sí mismo no es la misma forma en la que otra persona se cuida. El autocuidado también varía día a día. A veces necesitamos un momento para estar quietos y reflexionar, otras veces necesitamos movernos, estar con familiares y amigos o ejercitarnos.*

- *FACTORES DE RIESGO: Un factor de riesgo es cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión.*

- *DECALOGO DE LA ACTIVIDAD FISICA: Los 10 principios fundamentales para la realización de actividad física de manera saludable según la edad.*

8.1.1 Objetivo general del taller.

Sensibilizar la importancia de la reducción de la inactividad física en adultos y adolescentes, con respecto a los valores de referencia de 2016 (según datos de la organización mundial de la Salud a 2018).

8.1.2 Objetivo específico del taller

Efectuar cambio en cultura de autocuidado y prevenir enfermedades no transmisibles

8.1.3 Metodología de trabajo propuesta.

Trabajo llevado a cabo en jornadas de cuatro horas, intercambiando técnicas como clases magistrales o dirigidas, realizando actividades que ayudaran a comprobar habilidades psicológicas, además de tener en cuenta la participación y experiencia de los participantes para que desde ese saber se reconstruya nuevos hábitos en salud.

8.1.4 Desarrollo de talleres.

La capacitación fue desarrollada de forma expositiva y participativa, aportando en el conocimiento de los asistentes. Utilizando medios audiovisuales como el video vean, computador. Materiales: lapiceros, hojas en blanco.

Esta se dividió en seis momentos, así:

a. Saludo inicial, se hacer reflexión acerca de: como durmieron la noche anterior, que comieron antes de dormir y al despertar. Todo esto para recordar la importancia de estos buenos hábitos y la influencia en la memoria y la atención.

b. Se lleva a cabo pausa activa: un poco de movilización según edad de los participantes, estiramientos.

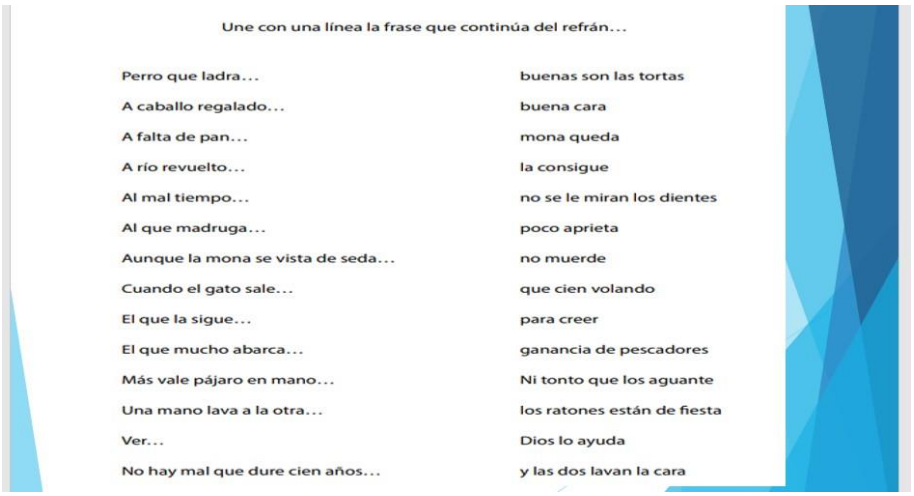




c. Se expone sobre el autocuidado y los factores de riesgo- De forma magistral.

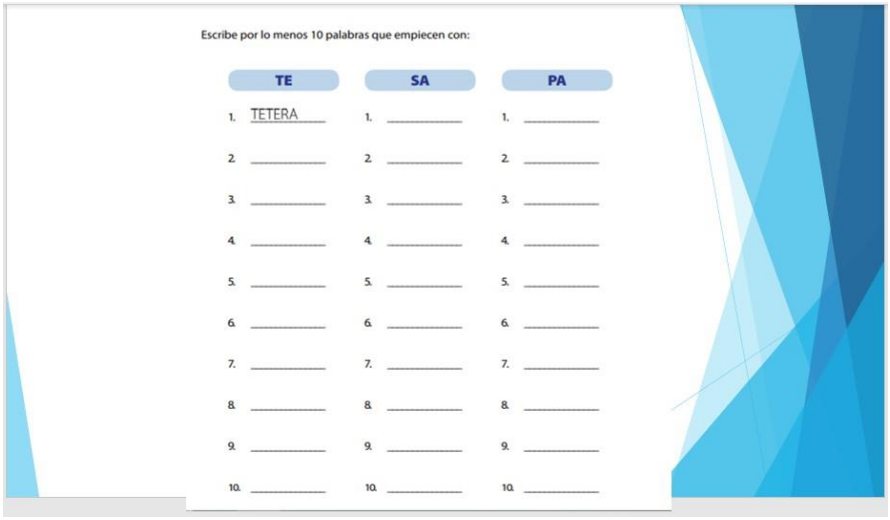
d. Lluvia de ideas de actividades para mejorar los factores de riesgo. Forma participativa de los integrantes. Se realiza lluvia de ideas.

e. Ejercicios de estimulación cognitiva: Para cada una de las siguientes actividades se les indica a los participantes: Se debe desarrollar de manera individual, en el menor tiempo posible, se hace toma de tiempo. Cuando terminen alzar mano para que el facilitador les diga el tiempo que tomaron para desarrollarlo. La idea es estimular la atención, concentración, logrando trabajar la agilidad mental.



Une con una línea la frase que continúa del refrán…

Perro que ladra…	buenas son las tortas
A caballo regalado…	buena cara
A falta de pan…	mona queda
A río revuelto…	la consigue
Al mal tiempo…	no se le miran los dientes
Al que madruga…	poco aprieta
Aunque la mona se vista de seda…	no muerde
Cuando el gato sale…	que cien volando
El que la sigue…	para creer
El que mucho abarca…	ganancia de pescadores
Más vale pájaro en mano…	Ni tonto que los aguante
Una mano lava a la otra…	los ratones están de fiesta
Ver…	Dios lo ayuda
No hay mal que dure cien años…	y las dos lavan la cara



8.1.5 Resultados obtenidos.

Los participantes expresan llevarse nuevos conceptos, como autoconocimientos y nuevas preguntas para sí mismo, explorar no solamente su parte física, además que la mental y sus antecedentes.

Reconocer los ciclos de vida y la importancia del cuidado de su salud.

8.1.6 Impacto.

Exploración de sus antecedentes familiares de enfermedades, como historia y base de su salud y por consiguiente de su cuidado.

Conocimiento desde la organización mundial de la salud se imparte un decálogo de actividad física, sobre el tiempo, edad y minutos de actividad física que se debe realizar en la semana, todo esto para mejorar su salud.

8.1.7 Valor agregado.

Con los diferentes ejercicios mentales realizados en la capacitación, se estimularon habilidades de atención, concentración y memoria que para el ciclo vital en la que se encuentra la población, ayudó a sensibilizar la importancia de mantener actividad física para mejorar estos factores que con el tiempo van perdiendo capacidad.

8.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

Expresaron agradecimiento por contar con la participación de familiares en algunas jornadas.

8.1.9 Observaciones.

Se nota que la jornada fue participativa, de una manera respetuosa, y siempre contando desde lo personal. Les llamo la atención los ejercicios de agilidad mental.

9.1 ALIMENTACION SALUDABLE

En los últimos años, cada vez existe una mayor conciencia de como la alimentación afecta a nuestro estado emocional o como nuestro estado emocional afecta a lo que comemos.

Lo cierto es que, si una mentalidad positiva afecta al rendimiento deportivo/actividad física óptimo, la gestión de las emociones es determinante a la hora de seguir un plan de alimentación saludable, pero los factores psicológicos no solamente son importantes para la adherencia, sino que la psicología aporta también conocimiento sobre cómo podemos maximizar la experiencia a la hora de comer. Comer no es solamente un acto instintivo, sino que entran en juego los cinco sentidos además de ciertos aspectos psicológicos como las expectativas, la memoria o las emociones.

9.1.1 Objetivo general del taller

Mejorar la percepción de los términos: nutrición, dieta, comer balanceado o alimentación saludable. Para generar adherencia a cambios alimenticios que aportan al autocuidado de su salud.

9.1.2 Objetivo específico del taller

Conocer su índice de masa corporal, como medidas antropométricas, para reconocer su posible estado de salud. Generando autoconocimiento.

9.1.3 Metodología de trabajo propuesta.

Trabajo llevado a cabo en jornadas de dos horas, en compañía de familiar, intercambiando técnicas como clases magistrales o dirigidas, realizando actividades que ayudaran a comprobar habilidades psicológicas, además de tener en cuenta la participación y experiencia de los participantes para que desde ese saber se reconstruya nuevos hábitos en salud.

9.1.4 Desarrollo de talleres.

La capacitación fue desarrollada de forma expositiva y participativa, aportando en el conocimiento de los asistentes. Utilizando medios audiovisuales como el video vean, computador. Materiales: lapiceros, hojas en blanco, pesa, metro.

Presentación y retroalimentación de temas trabajados en horas de la mañana, todo esto para identificar conceptos obtenidos, estimular memoria, atención, además de crear anclaje de trabajo con el tema a tocar.

Toma de Peso corporal, perímetro abdominal para sacar el IMC. Se hace calculo y se explica la importancia de estas medidas y parámetros. A cada participante se le brinda una hoja donde encuentra datos como: peso, estatura, IMC, Perímetro abdominal. Cada uno pasa a la pesa, y se realiza el cálculo de su IMC, además de toma de medida de su perímetro abdominal.

Ejercicios de estimulación cognitiva: Habilidades psicológicas a trabajar: concentración y memoria.

Cada participante realiza su cronograma alimenticio del día anterior. Con el objetivo de lograr reconocer hábitos alimenticios (horarios y tipos de alimentos), que consumieron.

Se lleva a cabo presentación magistral del tema. Emociones y alimentación.

- *Actividad de Atención y concentración.*





9.1.5 Resultados obtenidos.

Sentir, pensar y actuar de los servidores públicos, en el marco del programa de atención al prejubilado, en la importancia de la alimentación saludable en su ciclo de vida y la actividad física.

9.1.6 Impacto.

Se logra reconocer, que somos seres automáticos, muchos de los participantes les costó recordar el paso a paso de su día anterior, y en concreto que fue lo que comieron. A partir de aquí, se hace reflexión sobre la importancia de conectar con el cuerpo y los alimentos, haciendo esto efecto en la salud física y mental.

Nuevas ideas para organizar sus alimentos en horarios, porciones, según aporte nutricional de cada grupo alimenticio.

9.1.7 Valor agregado.

Con los diferentes ejercicios mentales realizados en la capacitación, se estimularon habilidades de atención, concentración y memoria que para el ciclo vital en la que se encuentra la población, ayudó a sensibilizar la importancia de mantener actividad física para mejorar estos factores que con el tiempo van perdiendo capacidad.

9.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

En la actividad de calcular el IMC, muchos de los participantes pudieron comprobar que se encontraban en sobrepeso u obesidad, y se mostraron muy interesados en saber que hacer para mejorar su condición de salud o minimizar riesgos.

9.1.9 Observaciones.

A uno de los participantes después de la toma de las medidas y observar sus resultados y observar sus hábitos alimenticios, expresa que entendió resultados médicos que llevaba a la capacitación, donde realmente debe de hacer unos cambios de hábitos, para mejorar su salud.

10.1 MOTIVACION

Los desplazamientos a pie y en bicicleta son formas de transporte esenciales que permiten realizar actividad física regular diariamente, si bien la función que desempeñan y su popularidad están disminuyendo en muchos países. A pesar de que no se lo aprovecha en medida suficiente, el deporte contribuye significativamente a la actividad física de personas de todas las edades, además de proporcionar importantes beneficios sociales, culturales y económicos a las naciones y las comunidades.

Asimismo, en situaciones de emergencias y crisis, el deporte puede formar parte de programas humanitarios orientados a satisfacer necesidades sanitarias y sociales. Tal como se destaca en el Plan de acción de Kazán, «el deporte para todos, incluidos los deportes y juegos tradicionales, es un ámbito en el que resulta fundamental la intervención de los gobiernos para explotar plenamente el potencial de la actividad física con miras al desarrollo personal y social»

En el caso de muchos adultos, el lugar de trabajo es crucial para estar físicamente activos (en camino hacia y desde el trabajo y durante las horas de trabajo), reducir los hábitos sedentarios y, de ese modo, aumentar la productividad y prevenir traumatismos y absentismo. Los dispensadores de atención primaria y secundaria de salud pueden ayudar a los pacientes a volverse más activos y prevenir enfermedades no transmisibles como parte de las vías de tratamiento y rehabilitación.

Los adultos de edad avanzada, en particular, se pueden beneficiar de la actividad física regular para mantener la salud física, social y mental, prevenir caídas y lograr un envejecimiento saludable.

La actividad física reporta beneficios sanitarios, sociales y económicos multiplicadores, y la inversión en medidas normativas que propicien los desplazamientos a pie o en bicicleta, el entretenimiento activo, el deporte y el juego puede contribuir directamente al logro de muchos de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

Motivación es la combinación entre los deseos y energías de la persona para alcanzar una meta. Las personas pueden ser motivadas por creencias, valores, intereses, miedos, entre otras causas o fuerzas. Algunas de estas fuerzas pueden ser internas, como: necesidades, intereses y las creencias. Las externas pueden ser: el peligro o el medio ambiente

- *La motivación de una persona depende de:*

a. La fuerza de la necesidad.

b. La percepción que se tiene de cierta acción para ayudar a satisfacer cierta necesidad.

- *Características:*

a. Fuerza que activa y dirige el comportamiento. El primer motivo básico es la supervivencia, según la Pirámide de Maslow.

b. La motivación a veces se confunde con las emociones. Las emociones son reacciones subjetivas al ambiente.

c. La motivación puede ser tanto positiva como negativa.

d. La motivación puede ser tanto personal como laboral y muchas veces una va de la mano de la otra.

e. La motivación puede ser: Extrínseca: el dinero, posición, poder. Intrínseco: motivación personal, se realiza únicamente por interés o por el placer de realizarla. La función de esta necesidad psicológica es la de impulsar al ser humano a mejorar y a dominar su entorno. Esta nos sirve para conseguir metas más difíciles, pues son necesidades psicológicas.

Características que hacen que tenga interés la motivación intrínseca: Complejidad. Movilidad. Imprevisibilidad de la tarea. Reto óptimo. Competencia. Autodeterminación: pensamos que aquello depende de ti, tienes capacidad de escoger. Modelo de activación intrínseco: Existe un nivel óptimo de conseguir este reto, entre el grado de dificultad y el grado de habilidades y capacidades. Cada persona tiene un nivel óptimo de conseguir su reto, donde se siente completo.

10.1.1 Objetivo general del taller.

Reconocer la motivación que aplica el participante y brindar pautas para el bienestar de su salud física y mental.

10.1.2 Objetivo específico del taller

Sensibilizar en la importancia de los hábitos saludables y sus efectos en la salud física y mental.

10.1.3 Metodología de trabajo propuesta.

Trabajo llevado a cabo en jornadas de dos horas, intercambiando técnicas como clases magistrales o dirigidas, realizando actividades que ayudaran a comprobar habilidades psicológicas, además de tener en cuenta la participación y experiencia de los participantes para que desde ese saber se reconstruya nuevos hábitos en salud.

10.1.4 Desarrollo de talleres.

La capacitación fue desarrollada de forma expositiva y participativa, aportando en el conocimiento de los asistentes. Utilizando medios audiovisuales como el video vean, computador. Materiales: lapiceros, hojas en blanco.

- **a.** Presentación de los participantes: quien soy, que hago, como me siento y que me motiva. Preguntas reflexivas y dirigidas.
- **b.** Taller magistral, sobre conceptos de Motivación y tipos.
- **c.** Actividad proyectiva: Yo y mis metas. Se solicita plasmar en una hoja en blanco alrededor de una figura humano que realizaron ellos mismos, que quieren para el/ella. Salud física, mental y metas a futuro.
- **d.** Ejercicios de estimulación cognitiva
- **e.** Conclusión

GRUPO 1



GRUPO 2



10.1.5 Resultados obtenidos.

Sentir, pensar y actuar de los servidores públicos, en el marco del programa de atención al prejubilado, en la importancia de generar nuevos hábitos de vida.

10.1.6 Impacto.

Reconocimiento de proyectos nuevos, donde incluyen salud física y mental y ante todo cambios de hábitos. Autoconocimiento como factor importante.

10.1.7 Valor agregado.

Con los diferentes ejercicios mentales realizados en la capacitación, se estimularon habilidades de atención, concentración y memoria que para el ciclo vital en la que se encuentra la población, ayudó a sensibilizar la importancia de mantener actividad física para mejorar estos factores que con el tiempo van perdiendo capacidad.

10.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

Se generan expectativas, y tareas para planear un cambio en estilo de vida de participante, tomando en cuenta todos los temas vistos durante el desarrollo de dichos talleres.

10.1.9 Observaciones.

Los participantes expresaron satisfacción en la realización de las diferentes temáticas, para la estimulación o motivación de iniciar o mantener de manera constante y adecuada la actividad física como uno de los factores para el cuidado de la salud.

11.1 ADAPTACION AL CAMBIO

La adaptación al cambio es hoy por hoy un tema importante de conocer, ya que el mundo está en un cambio permanente, lo cual afecta directa o indirectamente a los seres humanos desde los diferentes entornos en los cuales se desenvuelve y en los cuales experimenta situaciones nuevas que requieren el uso de diferentes cualidades y habilidades para acoplarse y mantener la calidad de vida y bienestar.

La jubilación es una de las etapas del ciclo vital que trae consigo perdidas a nivel personal y social, que de no ser encaminadas y manejadas adecuadamente puede generar alteraciones en el bienestar personal y social, ya que el trabajo genera vínculos y otros componentes importantes, tal y como lo plantea Sirlin. C (2007) “La vida es un continuo cambio que supone atravesar diferentes etapas, cada una con sus características, posibilidades y limitaciones. La edad cronológica determina edades (niñez, adolescencia, juventud, adultez, madurez...) y acontecimientos que transcurren determinan etapas que vienen condicionadas por lo realizado en las anteriores. Imperativos legales establecen una edad de retiro. El trabajo estructura la vida en relación con tiempos, actividades, relaciones, estatus, creatividad, desarrollo de aptitudes y determina su identidad. La interrupción de la actividad laboral produce una ruptura que requiere un proceso de adaptación.” Y precisamente en este taller se busca generar una reflexión personal sobre este proceso de cambio o transición, en el cual se logre encaminar hacia una percepción positiva sobre el mismo.

El tema se aborda con una metodología de taller vivencial, con enfoque centrado en la persona, son espacios donde se promueve el aprendizaje de competencias para la vida, como lo plantean; María Inés Gómez del Campo del Paso, Martha Leticia Salazar Garza y Evelyn Irma Rodríguez Morril (2014).

Se trabajaron los conceptos como; definición de cambio, la curva del cambio, herramientas para reflexionar sobre los recursos internos que poseen los participantes para afrontar los cambios diarios o pequeños cambios y cambios trascendentales de los diferentes ciclos vitales, entendiendo el cambio como una constante en la vida, donde se puede ver los mejor de cada momento o situación.

11.1.1 Objetivo general del taller.

Sensibilizar a los participantes ante el cambio como constante, enriquecedor y necesario en los diferentes ciclos vitales.

11.1.2 Objetivo específico del taller.

Sensibilizar a los participantes ante los aspectos propositivos del constante cambio en la vida y la importancia de desarrollar recursos internos para adaptarse mejor y evolucionar, por medio de la exposición temática y ejercicios guiados; generando reflexiones sobre las vivencias actuales de cambio a nivel personal, laboral, familiar y social.

11.1.3 Metodología de trabajo propuesta.

El taller adaptación al cambio fue abordado desde la técnica del taller presencial con enfoque vivencial, utilizando como herramientas, diapositivas y videos para la conceptualización del mismo, enfatizando en temas como el significado general y construido de cambio, la curva del cambio, herramientas para adaptarse mejor y ver el camio como algo positivo, además se realizarondinámicas con propósito que permitieron poner en contexto de cambio y ver la necesidad de ser creativos ante lo inesperado, de igual forma, ejercicios escritos guiados con preguntas abiertas para la reflexión personal (en los cuales se utilizaron hojas de block y hoja de ruta), socializaciones espontaneas de lo realizado en el trabajo personal motivandoa la participación; donde los asistentes generan constructos según sus individualidades y preconcepciones y a la vez integran a estos, los nuevos conceptos y percepciones.

11.1.4 Desarrollo de talleres.

Se inicia el taller con una dinámica grupal para movilizar el cuerpo y focalizar la atención, teniendo en cuenta la jornada transcurrida; seguidamente se presenta una imagen que contiene la palabra cambio y se insta a los participantes a pensar por un momento el significado que ellos le dan a esa palabra y hacer su propia definición, escribiéndola en una hoja de papel, seguidamente se motiva a que quien la quiera compartir con el grupo lo haga.

Se presenta una segunda imagen donde está la palabra CHANGE Y CHANCE, a partir de la cual, se inicia a hablar y concluir lo que es el cambio para el grupo, a partir de las conceptualizaciones y reflexiones realizadas en el ejercicio, donde se van evidenciando la forma en que los participantes perciben el cambio en sus vidas.

Dinámica grupal “Se cayo la tía Pancha”, la cual pretende que los participantes activen su creatividad ante una situación inesperada, generando una reflexión frente a la forma como cada uno percibió su flexibilidad y creatividad en la dinámica realizada y contextualizándola a su realidad actual.

Se presenta un vídeo sobre el cambio, que de una forma agradable habla sobre las emociones que genera el cambio y que hacer para adaptarnos. Adaptación al Cambio - YouTube

Se realiza un ejercicio personal por medio de una hoja de ruta con preguntas quepromueven el contacto del participante con sus pensamientos y emociones ante loscambios en general y ante su proceso de jubilación, donde los participantes reflexionan sobre sus miedos hacia el momento del retiro y se insta a la participación y socialización voluntaria del ejercicio.

En la socialización anónima mediante la caja de los miedos se escogen al azar algunos miedos y los participantes dan su aporte sobre cómo manejar estos miedos y finalmente se realiza una conclusión temática por parte del profesional a cargo.

Se explica cada uno de los momentos de la curva del cambio y como este es una constante en nuestra vida y es cíclico, generando participación de los asistentes con sus experiencias de vida.

Finalmente se presentan las herramientas para adaptarse positivamente al cambio y se hace el cierre con algunas intervenciones voluntarias de que nos deja el trabajo realizado sobre el tema y la canción Resistiré. https://www.youtube.com/watch?v=hl3B4



11.1.5 Resultados obtenidos.

Los participantes muy participativos en la dinámica inicial, con muy buena actitud y disposición; seguidamente al abordar el concepto de cambio se hacen varias preguntas por parte de este sobre ¿Cuáles son los principales cambios que se afrontan en esta etapa de la vida?; llevando a hacer planteamientos existenciales sobre el sentido y propósito de la vida, su disposición a asumir lo que la finalización del ciclo laboral traerá como algo positivo para ser dueños nuevamente de su tiempo. Durante los ejercicios realizados, donde logran reflexionar y profundizar sobre sus emociones, pensamientos y preconcepciones, acerca del cambio en la vida y su forma de vivirlo, algunos expresan sus miedos, experiencias vividas, expectativas, además de identificar los recursos internos con que han hecho frente al cambio en diferentes acontecimientos vitales importantes en sus vidas en diferentes contextos, que permitieron adaptarse.

La evaluación se realiza al finalizar la jornada, donde los participantes concluyen que ante los cambios muchas veces se ponen excusas por miedo a lo nuevo y como esto puede estar impidiendo vivencias positivas y diferentes que generen satisfacción, bienestar y calidad de vida.

11.1.6 Impacto.

Los participantes se mostraron muy receptivos, dispuestos y participativos, en un ambiente de confianza para comunicar sus pensamientos, vivencias y emociones, lo cual es positivo porque genero un clima de reflexión individual y grupal donde hubo empatía con las diferentes expresiones de los compañeros.

Manifestaron además estar muy contentos por los espacios abiertos por la Alcaldía de Cali para crecimiento personal y cabe resaltar que fue numerosa dicha participación a pesar de las condiciones climáticas.

11.1.7 Valor agregado.

Los participantes manifestaron estar interesados en todas estas actividades de crecimiento personal, donde ganan aprendizajes y vivencias importantes para afrontar las diferentes situaciones de la vida.

Se atendieron inquietudes personales después del taller, con algunos usuarios que se acercaron.

Se brindo información adicional como libros, videos, películas, técnicas para revisar en casa individual y familiarmente.

Espacios físicos muy agradables, variados y adecuados para realizar las actividades, permitieron dinamizar mejor las actividades.

11.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

Los participantes manifestaron que muchos no asistieron porque no les llego al correo la información, incluso algunos de ellos fueron informados por que sus compañeros leenviaron la información a título personal. Se recomienda implementar varios medios de difusión.

11.1.9 Observaciones.

Los asistentes de una gran calidad humana y abiertos a mejorar y grupos más cohesionados.

12.1 CAMBIO DE ROLES LABORALES / RELEVO GENERACIONAL, FAMILIARES, SOCIALES

Los individuos como parte integral de la familia atraviesan múltiples cambios a lo largo de su existencia, viéndose ante la necesidad de identificar y resolver las tareas o retos propios de cada etapa de su vida, desde el momento de su concepción hasta su finitud. Es así como, la familia constituye la red de apoyo que cumple las funciones de proteger, socializar y educar a cada uno de sus miembros, transmitiendo de generación en generación pautas que aportaran a la construcción de su identidad y la forma como aborde sus realidades en los diferentes contextos en los que interactúe. De ahí que las funciones de estas familias se cumplen en dos sentidos: el primero como es la protección psicosocial e impulso al desarrollo humano de sus miembros y el segundo y más externo a ella, es la adaptación a la cultura y las transformaciones de la sociedad que se van dando con el paso del tiempo. En este sentido, al aproximarse a la etapa de cambio de rutina laboral, se hace imprescindible generar espacios de autoevaluación y reflexión acerca de las etapas vividas, el aprendizaje y todo su tránsito institucional, con el fin de motivar el reconocimiento de sus

habilidades y hábitos que lo identifican como individuo inmerso en una sociedad cambiante y demandante.

Los temas abordados en este taller fueron:

- *Familia: es una organización social, es decir, un sistema de relaciones complejo, dinámico y cambiante. Esto significa que, como grupo social, se caracteriza por una dinámica que le proporciona una identidad distinta a la de cada uno de sus miembros, a la vez que les brinda sentido de pertenencia e interdependencia (Garzón, 2004).*

- *Ciclo Vital de la Familia (CVF) ó Ciclo Evolutivo Familiar: secuencia de estadios o fases por los que atraviesa la familia desde su establecimiento hasta su disolución. Este ciclo está constituido por etapas de complejidad creciente a las que siguen otras de simplificación familiar; además, las características sociales y económicas varían desde su formación hasta su disolución.*

- *Crisis Evolutiva - Normativa: Cambios esperados por los cuales atraviesan la mayoría de las personas; requieren un tiempo de adaptación para enfrentar nuevos desafíos, que forman parte del desarrollo de la vida normal.*

- *Crisis Inesperada – No Normativa: aquellas que sobrevienen bruscamente, es decir que no están en la línea evolutiva habitual, tales como: muerte de un hijo, embarazo hija adolescente, adicciones en la pareja, separación, pérdida abrupta de trabajo, enfermedad terminal o muerte brusca de algún miembro de la familia, situaciones catastróficas, enfermedad psiquiátrica descompensada, etc*

- *Roles familiares: Es el papel que cada uno de nosotros realiza dentro de la familia, es decir, papel de padre, papel de madre, papel de hijo o hija, cada uno de estos papeles tiene funciones. Los cuales son: conyugal, parental, fraternal, filial.*

- *Roles laborales: Sociales: son los encargados de dirigir y organizar el grupo, tanto de forma interna como externa.*

- *De acción: está claro, aquí tenemos a los ejecutores. Mientras en los otros 2 tipos se pueden perder en el proceso, estos serán los encargados de conseguir finalizar cualquier tarea.*

- *Mentales: aquí entran en juego la creatividad, la estrategia y las ideas. Los planes siempre saldrán de aquí.*

- *Relevo Generacional: se adaptan a cada necesidad y a las particularidades de la organización. En función del tipo de proceso y del momento en el que se encuentre.*

12.1.1 Objetivo general del taller.

Generar un espacio de sensibilización acerca de los diferentes cambios que se dan en el proceso evolutivo del ser humano a nivel individual y familiar

12.1.2 Objetivo específico del taller.

- ✓ Identificar y analizar las distintas etapas evolutivas del desarrollo humano en el ciclo vital individual y familiar.
- ✓ Reconocer las tareas, demandas y/o necesidades implícitas y explícitas de cada etapa del ciclo vital individual y ciclo vital familiar.
- ✓ Reflexionar acerca del proceso de cambio de rutina laboral.
- ✓ Promover la reflexión y autoevaluación acerca de los aspectos que influyen en el relevo generacional.

12.1.3 Metodología de trabajo propuesta.

En este espacio de capacitación, se utilizó una metodología basada en el Taller vivencial, definido como “un espacio en el cual los participantes se reúnen en grupo para trabajar a partir de experiencias personales, sobre algún tema específico. Posee una estructura y planeación previa que contempla, además de los contenidos teóricos, ejercicios quefacilitan el aprendizaje y el desarrollo personal de los participantes” (Villar, 2010, citado porGómez, 2014).

Es así como, se planearon y realizaron dos talleres grupales en modalidad presencial, con la implementación de técnicas experienciales vivenciales, que facilitaron el ejercicio de autoevaluación y reflexión acerca del sí mismo, su relación con el otro y su entorno, basados en el tema trabajado.

Participantes: Servidores Públicos de Santiago de Cali Distrito Especial, en el marco del Programa de Atención al Prejubilado.

12.1.4 Desarrollo de talleres.

- *Técnica “Círculos concéntricos”:*

El grupo se organiza, de pie en dos círculos concéntricos (uno dentro del Otro), con igual número de participantes, las personas quedan frente a frente, cuando se dé la señal giran en sentido contrario, a una señal paran, se hacen preguntas, para que las compartan quienes quedaron frente a frente, así sucesivamente hasta que quedan frente a su pareja inicial. Al finalizar, comparten su sentir al participar en el juego, se reflexiona sobre ello.

Las preguntas son:

- ✓ ¿Cuál es el origen de su nombre?

- ✓ Cuéntele al compañero que tiene enfrente, Cual ha sido el “oso” (vergüenza) más grande de su vida
- ✓ Recomiéndele a su compañero una película o serie
- ✓ ¿Si pudiera ver a Dios qué le diría?
- ✓ ¿Cómo se ve usted en 10 años feliz?





- *Técnica “El árbol del corazón”:*

Se pide a los participantes que entreguen fotos de ellos, se pegan a corazones elaborados en cartulinas de colores y se cuelgan en un árbol con una cinta de colores. Posteriormente, cada asistente presentará al resto del grupo su fotografía, construyendo una corta historia de su vida y socializando su sentir acerca del porque eligió esa fotografía, diciendo que la hace especial para él. Cabe aclarar que el árbol puede ser una planta artificial o ser elaborado con material de papelería o reciclado.



- *Técnica "El baúl de los recuerdos":*

Se entregan trozos de papel a cada uno de los asistentes, después se les solicita escribir experiencias positivas y negativas, de manera anónima y que depositen los papeles doblados dentro del baúl. Se saca uno a uno los papeles del baúl y se adhieren a la cinta, en la parte de arriba lo positivo y en la parte de abajo lo negativo. Al finalizar, la facilitadora construye una historia de vida a partir de las experiencias compartidas por los asistentes, se reflexiona acerca de situaciones acontecidas, como las resolvió, que emociones le generaron, que etapas se visibilizan de los ciclos vitales, etc.







12.1.5 Resultados obtenidos.

- ✓ Los participantes evidenciaron receptividad y disposición en la participación de los talleres, expresando su aceptación a estos espacios de crecimiento personal y preparación para el cambio de vida.
- ✓ Los temas trabajados condujeron a la reflexión y autoevaluación del abordaje dado en vivencias a nivel individual, familiar y laboral.
- ✓ Sensibilización de los asistentes acerca de los cambios en cada etapa de su vida, principalmente en la importancia de prepararse para el cambio de rutina laboral y todo lo que ello implica en diversas áreas de su vida.

12.1.6 Impacto.

- ✓ Los participantes presentaron actitud reflexiva y de autoevaluación frente a los aspectos que influyen en su toma de decisiones, acerca del proceso actual en el que se encuentran.

12.1.7 Valor agregado.

- ✓ En el transcurso de los talleres, se posibilitó espacio de escucha activa y expresión de sentimientos de los asistentes acerca de vivencias personales en diferentes áreas de su vida.
- ✓ Se utilizaron técnicas grupales de tipo vivencial que facilitaron la comprensión de los temas abordados.
- ✓ Se brindaron estrategias de afrontamiento ante diversas situaciones acontecidas en las áreas de su vida: familiar, laboral, entre otras.

12.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

- ✓ Los participantes manifestaron su deseo de recibir una placa de reconocimiento por la labor realizada, la entrega y compromiso durante la prestación de sus servicios en los diferentes cargos desempeñados.
- ✓ Dar continuidad a estos espacios de preparación para el cambio de rutina laboral.

13.1 INTELIGENCIA EMOCIONAL

Las emociones son una respuesta a acciones desencadenantes y tienen funciones específicas, en el día a día de la vida de los seres humanos e influyen de una forma muy importante en el relacionamiento en los diferentes contextos en los cuales las personas se desenvuelven, permitiendo que la percepción de la vida sea positiva o negativa y de allí se tomen decisiones adecuadas, se tengan relaciones interpersonales funcionales y se dé una mejor adaptación al entorno.

Actualmente las empresas desean que su personal adquiera habilidades y herramientas para gestionar sus emociones de forma a adecuada pues se sabe que permite una mejor y

mayor productividad además de entornos laborales con buen clima, donde hay mayor sentido de pertenencia.

Por lo anterior es importante conocer y reflexionar acerca de lo que es la inteligencia emocional, tal como lo plantea Daniel Goleman “La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer las emociones, tanto propias como ajenas y de gestionar nuestra respuesta ante ellas, es decir un conjunto de habilidades que permiten una mayor adaptabilidad de la persona ante los cambios”.

La jubilación es una de las etapas del ciclo vital que trae consigo vivencias a diferentes niveles que necesitan una mejor adaptación y herramientas que permitan gestionar adecuadamente las emociones en esta etapa vital.

El tema se aborda con una metodología de taller vivencial, con enfoque centrado en la persona, donde se promueve el aprendizaje de herramientas y habilidades para la gestión de emociones.

Se trabajaron los conceptos como; definición del concepto de emoción y las diferentes emociones que existen, como llegan las emociones que las desencadena, como poner inteligencia a las emociones, gestión del dolor emocional, los cinco lenguajes del amor, reforzar el concepto de salud mental relacionado con la gestión de las emociones.

13.1.1 Objetivo general del taller.

Sensibilizar a los participantes ante la importancia de la gestión emocional para los diferentes contextos en los que se desenvuelve, en la toma de decisiones y actuar.

13.1.2 Objetivo específico del taller.

Dar a conocer conceptos y herramientas de la gestión de las emociones que permitan a los participantes desarrollar habilidades para fortalecer su inteligencia emocional.

13.1.3 Metodología de trabajo propuesta.

Taller inteligencia emocional fue abordado desde la técnica de taller presencial con enfoque vivencial, utilizando como herramientas, diapositivas, videos e instrumentos de trabajo individual y grupal, para la conceptualización del mismo, enfatizando en temas como; definición del concepto de emoción y las diferentes emociones que existen, ¿cómo llegan las emociones?¿qué las desencadena?, ¿cómo poner inteligencia a las emociones?, gestión del dolor emocional, los cinco lenguajes del amor, reforzar el concepto de salud mental relacionado con la gestión de las emociones.

Además, se realizaron ejercicios escritos donde se escogió una emoción vivida y se realizó el proceso de identificar el desencadenante, las sensaciones físicas generadas, los pensamientos alrededor de ella, las acciones que desencadeno, y la reflexión sobre la gestión realizada y como se puede mejorar, cual fue el aprendizaje de esta situación.

Se trabajo con técnica de color, la expresión de emociones importantes para los participantes dando forma y color.

13.1.4 Desarrollo de talleres.

Se inicia escuchando a los participantes sobre lo que creen, piensan, ¿han escuchado es la inteligencia emocional? Donde expresan diferentes conceptos que han escuchado o creen que es, todos acertados y muy coherentes. Seguidamente se da una definición de emoción y se exponen las cinco emociones básicas del ser humano, se recomienda ver o volver a ver la película Intensamente, para con los conceptos aprendidos analizar los elementos que esta proporciona y reflexionar en familia.

Se mencionan las funciones de cada emoción y su utilidad en la supervivencia del hombre, concluyendo que todas las emociones son importantes.

Se continúa contextualizando el origen de las emociones con una situación intrínseca o extrínseca como desencadenante, todo lo que a nivel de pensamientos, sensaciones físicas y reacciones conductuales genera y como ponerles inteligencia a las emociones, es decir cómo gestionarlas de forma adecuada y funcional.

Se presenta el video

https://www.youtube.com/watch?v=se62UwCxUrl

Inteligencia emocional: como controlar las emociones, el cual tiene una duración de 7 minutos, sobre el cual se hacen reflexiones individuales, donde el grupo concluye que la adquisición de estas habilidades se logra reforzando cada día como hábitos y trabajando en el autoconocimiento, la anticipación y visualización de la gestión adecuada de emociones más recurrentes.

Se realiza la actividad diccionario de las emociones donde después de definir para cada uno una emoción, cada participante debe escoger una emoción, explicando cómo surge, cuándo las sienten y qué hacen para gestionarlas, donde casi todos escogieron emociones desencadenadas en momentos familiares y de pareja.

Se hablo sobre sanar el dolor emocional, hablando de inteligencia emocional, ya que las heridas emocionales, influyen en el desarrollo personal, laboral, la forma como se relacionan las personas y en este ejercicio, salieron dolores emocionales de las diferentes etapas de la vida de los participantes que fueron socializados libremente y los cuales se guiaron y reflexionaron positivamente por medio de los conceptos expuestos en el taller.

Se trabajo con técnica de color, la expresión de emociones importantes para los participantes dando forma y color donde al final se socializaron los trabajos realizados y libremente explicaron lo plasmado en sus trabajos, esta técnica permite visualizar de una forma más concreta las emociones, incluidas emociones de dolor de las cuales se habló,

además visualizar la forma, importancia y gestión de estas.

Se habla sobre la gestión de emociones y la convivencia diaria con seres queridos y la importancia de conocer como estos sienten y manifiestan sus emociones, como ser más empático con estas, por medio de la identificación, observación y lectura de lenguajes emocionales apoyados en el autor Gary Chapman y su libro “Los cinco lenguajes del amor”. donde se realiza un ejercicio de reflexión individual escrito, después de conocer cada lenguaje del amor, en el cual identificaran con cual lenguaje o lenguajes del amor se identifican para expresar amor y como les gusta sentir el amor por parte de los demás.




13.1.5 Resultados obtenidos.

Los participantes muy participativos en la dinámica inicial, con muy buena actitud y disposición; durante los ejercicios realizados, reflexionan reconociendo las diferentes emociones, nombrándolas, identificando las sensaciones físicas y pensamientos que están generan a su vez las reacciones usuales, asociándolas con las herramientas aprendidas en el taller, para hacer mejor gestión de las ismas y mejorar la calidad de sus interacciones y su bienestar emocional.

Se logro la sensibilización frente a la importancia de la empatía con las emociones del otro, en los diferentes contextos en los cuales se desenvuelven.

Se logro la participación por medio de las diferentes emociones que fueron socializadas en un ambiente de confidencialidad donde los participantes de sintieron cómodos y voluntariamente manifestaron vivencias con respecto al tema.

13.1.6 Impacto.

Los participantes se mostraron muy receptivos, dispuestos y participativos, en un ambiente de confianza para comunicar sus pensamientos, vivencias y emociones, lo cual es positivo porque genero un clima de reflexión individual y grupal donde hubo empatía con las diferentes expresiones de los compañeros.

Manifestaron además estar muy contentos por los espacios abiertos por la Alcaldía de Cali para crecimiento personal y cabe resaltar que fue numerosa dicha participación a pesar de las condiciones climáticas.

13.1.7 Valor agregado.

Los participantes manifestaron estar interesados en todas estas actividades de crecimiento personal, donde ganan aprendizajes y vivencias importantes para afrontar las diferentes situaciones de la vida.

Se atendieron inquietudes personales después del taller, con algunos usuarios que se acercaron.

Se brindo información adicional como libros, videos, películas, técnicas para revisar en casa individual y familiarmente.

Espacios físicos muy agradables, variados y adecuados para realizar las actividades, permitieron dinamizar mejor las actividades.

13.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

Los participantes manifestaron que muchos no asistieron porque no les llego al correo la información, incluso algunos de ellos fueron informados por que sus compañeros leenviaron la información a título personal. Se recomienda implementar varios medios de difusión.

13.1.9 Observaciones.

Los asistentes de una gran calidad humana y abiertos a mejorar y grupos más cohesionados.

Los participantes manifiestan los inviten a próximos encuentros nuevamente.

14.1 OCUPACION DEL TIEMPO LIBRE

El tiempo es una inversión, quizá la mejor inversión de la vida y de cómo se invierta, así mismo dará frutos, por tal el tiempo es valioso y es importante la forma como se planifica y aprovecha en cualquier etapa de la vida, equilibrando entre las dimensiones del ser humano su distribución, con el fin de que abarque las diferentes, áreas y contextos en los cuales se desenvuelven las personas, con el fin de tener un equilibrio existencial, desde los bio-psico-social.

La ocupación del tiempo nace de las deseos, necesidades y proyectos que tienen las personas según su forma de vida, por esto es importante la planificación para evitar el riesgo de desperdiciarlo o de no tenerlo, lo cual termina por tener consecuencias e impactos en la calidad de vida y el bienestar de las personas.

Debe ser planificado de tal forma que permita el crecimiento, el disfrute y el descanso, partiendo de los que es importante para la persona y priorizando para poder planear,

organizar y distribuir de la mejor manera.

En este tema, se explorarán las expectativas de tiempo libre y ocio de los participantes y se conceptualizarán algunos términos para conocer las diferencias entre tiempo libre y ocio, además los beneficios de planificar el tiempo, elementos para la organización del tiempo, evaluación del equilibrio de la ocupación del tiempo actual, elaboración de la rueda de la vida, herramientas para planificar el tiempo.

El tema se aborda con una metodología de taller vivencial, con enfoque centrado en la persona, son espacios donde se promueve el aprendizaje de competencias para la vida, como lo plantean; María Inés Gómez del Campo del Paso, Martha Leticia Salazar Garza y Evelyn Irma Rodríguez Morril (2014).

14.1.1 Objetivo general del taller.

Resaltar la importancia de la adecuada ocupación y planeación del tiempo libre en la salud integral, el desarrollo personal, el bienestar emocional y la calidad de vida en la población próxima a pensionarse.

14.1.2 Objetivo específico del taller.

Dar a conocer y practicar las técnicas y herramientas, para una adecuada planificación del tiempo, adaptándolas a las expectativas y realidades de los participantes, donde se evidencie un equilibrio que permita la satisfacción de las personas en las diferentes dimensiones de su vida.

14.1.3 Metodología de trabajo propuesta.

El taller ocupación del tiempo libre se aborda desde la técnica de taller presencial con enfoque vivencial y constructivo, utilizando como herramientas, diapositivas, videos, formatos don herramientas para trabajoindividual de evaluación y planificación del tiempo, donde se presentan los conceptos sobreel tema.

14.1.4 Desarrollo de talleres.

Se desarrolla la temática a través de diferentes actividades que desarrollaran los participantes de manera individual y grupal.

- *Primera sesión*

Se inicia con una dinámica ganador, donde en grupos de dos o tres personas, se busca que los participantes aprendan a ver el lado positivo de las situaciones negativas, utilizandosus recursos internos y creatividad, reafirmando la actitud positiva y la buena disposición para aprendizajes nuevos.

Se realiza un ejercicio individual con el fin de explorar los recuerdos y promover las proyecciones futuras de disfrute de tiempo libre y recreación, en el cual cada participante escoge una palabra de una lista de palabras dadas y escribe o piensa en un recuerdo de

su vida relacionado a dicha palabra y como la espera proyectar en el presente y futuro, (rayuela, fotos, helado, película, abrazos, besos….) con el fin de que las personas conecten con experiencias de disfrute que puedan replicar o disfrutar de otras nuevas y estén abiertos al disfrute de la vida y las oportunidades de compartir y amar.

- *Presentación de los conceptos generales como*

  a. Tiempo libre
  b. Ocio
  c. Recreación
  d. Beneficios de planificar el tiempo
  e. Leyes para la organización del tiempo
  f. Importancia de evaluar el equilibrio de la ocupación del tiempo
  g. La rueda de la vida
  h. Herramientas para planificar el tiempo.

- *Segunda sesión*

Visualización de video https://www.youtube.com/watch?v=WcFmR2MrLus Reflexiones individuales y grupales, sobre actividades que permitan mantener la reserva cognitiva y la salud mental, la cual involucra actividades variadas.

Aplicación de la rueda de la vida, para diagnosticar si hay equilibrio en la distribución del tiempo en las diferentes dimensiones, roles, contextos en los cuales vivencian los participantes.

Realización de un cronograma de bloques de los días del mes de diciembre que faltan, donde introduzcan actividades que incluyen las diferentes dimensiones de la vida y según lo que más necesitan después de realizado el diagnóstico individual con el ejercicio de la rueda de la vida, donde además haya un equilibrio entre las actividades de crecimiento, las de disfrute y el descanso.

Desarrollar las actividades que necesitan esas nuevas programaciones realizadas que apuntan hacia lograr el equilibrio de la rueda de la vida, y mejorar la calidad de vida, bienestar bio-psico-social.

- *Reflexiones finales sobre la temática abordada.*







14.1.5 Resultados obtenidos.

En este taller se logra que lo participantes recuerden momentos importantes de su vida donde el tiempo libre permitió disfrutar y compartir momentos importantes que llenaron de sentido sus vidas, en el ejercicio de las palabras a escoger la palabra ,más escogida fue rayuela, donde evocaron momentos mágicos con familia y amigos logrado conectar con su capacidad de disfrute y concluyeron que a través del goce y compartir de actividades sencillas se logra dar valor a cada día de la vida y se logra dejar huella en las personas amadas, para crear un compromiso a treves de experiencias recientes de algunos participantes, de generar más espacios recreativos y de esparcimiento.

Se dieron algunos de los participantes que no están planificando su tiempo libre, que poseen agendas laborales, pero no agendas personales distribuidas equilibradamente para las diferentes áreas de sus vidas.

Conocieron y adquirieron herramientas de autoevaluación permanente y planificación que pueden compartir con sus compañeros de trabajo y realizar con su familia como herramienta de vida que permita optimizar equilibradamente la inversión más valiosa que hacemos, el tiempo.

Los participantes desarrollaron con agrado y participativamente los ejercicios propuestos, expresando ser elementos nuevos e importantes los adquiridos.

14.1.6 Impacto.

Los participantes reflexionaron sobre los beneficios de una buena planeación del tiempo libre y lo importante de las actividades de ocio y recreación, su impacto en el bienestar físico y emocional.

Se genero una conversación de la importancia del cumplimiento d ellos ciclos y del inicio de los nuevos, para agregar valor, salud y bienestar a la vida, con mayor tiempo y un enfoque existencial.

14.1.7 Valor agregado.

Los colaboradores son más conscientes de la importancia del tiempo en la vida, de retomar sus vidas después de la jubilación y desde ahora pueden optimizar mejor su tiempo, incluyendo desde su rol laboral ya que adquirieron herramientas útiles para tal fin, lo cual además de impactar su vida laboral impactara positivamente su vida personal, familiar y social.

Se atendieron inquietudes personales de los participantes con respecto a la temática desarrollada.

14.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

Es importante continuar con estos espacios de reflexión, aprendizaje y expresión de emociones donde atreves de diferentes temáticas y herramientas los participantes logran conocer habilidades para afrontar los diferentes sucesos vitales y equilibrar su tiempo en actividades de inversión personal, familiar y social.

Los funcionarios manifiestan su deseo de ser invitados a más espacios de crecimiento personal.

14.1.9 Observaciones.

Como suceso coyuntural al día del taller, un compañero de la Alcaldía fallece, lo cual movilizo muchas emociones en los participantes quienes llegaron muy conmovidos y reflexionando sobre lo que es la vida, el tiempo y las oportunidades para compartir y realizar sueños, durante media hora pudieron expresar todo lo que movilizo este acontecimiento en ellos ya que era un compañero también próximo al retiro laboral. Desde la expresión de emociones y reflexiones existenciales se contextualizo la temática a trabajar.

15.1 PROYECTO DE VIDA – REALIZACION DE SUEÑOS

El proyecto de vida es el plan que hace una persona de las metas para conseguir en las distintas fases de su vida, de los caminos que se propone recorrer y de los medios y recursos que piensa utilizar para llegar a esas metas. Entonces el proyecto de vida es el conjunto de valores, actitudes y comportamientos que debe implementar todo individuo para que su vida tenga orientación.

Tener un proyecto de vida, permite a quien lo elabora con diligencia y lo ejecuta como un compromiso personal, ser artífice de su propio destino y protagonista de su propia historia. Como plan es lo que queremos ser, lo que queremos conseguir que permita nuestra realización. Por tanto, se requiere de procesos adecuados, poner medios y recursos eficaces, sacrificar presente para ganar futuro. Este debe ser integral, incluyendo las diversas dimensiones de la persona: física, intelectual o mental, espiritual, emocional o afectiva, y social.

La elaboración del proyecto de vida debe considerar aspectos individuales y con el entorno como el conocimiento personal, el punto de partida de la situación actual como ser; también se hace necesario realizar una retrospectiva frente al caminar que se ha realizado, con el fin de dar respuesta a los interrogantes que se tienen y que solamente a través de un proceso de autoevaluación, se podrán resolver.

15.1.1 Objetivo general del taller.

Propiciar un espacio para la exploración de los sueños y las metas de los participantes, y así plasmar un bosquejo inicial de su proyecto de vida posterior a la jubilación.

15.1.2 Objetivo específico del taller.

- ✓ Identificar las estrategias que requiere para alcanzar las metas planteadas en su nuevo proyecto de vida
- ✓ Reflexionar acerca de los aspectos que han influido en la consecución de metas en su proyecto de vida

15.1.3 Metodología de trabajo propuesta

La metodología usada fue el Taller vivencial, considerado "un espacio en el cual los participantes se reúnen en grupo para trabajar a partir de experiencias personales, sobre algún tema específico. Posee una estructura y planeación previa que contempla, además de los contenidos teóricos, ejercicios que facilitan el aprendizaje y el desarrollo personal de los participantes" (Villar, 2010, citado por Gómez, 2014).

Para tal fin, se ejecutó un taller grupal en modalidad presencial con enfoque vivencial y construccional, a través de diferentes actividades que desarrollaron los participantes de manera individual, las cuales facilitaron el ejercicio de autoevaluación y reflexión acerca del sí mismo, su relación con el otro y su entorno, según el tema abordado.

Participantes: Servidores Públicos de Santiago de Cali Distrito Especial, en el marco del Programa de Atención al Prejubilado.

15.1.4 Desarrollo de talleres.

Las técnicas utilizadas durante el taller fueron:

- *Técnica "Mapa de los sueños":*

Inicialmente se realiza presentación del tema Proyecto de Vida, se reflexiona sobre las dimensiones, posteriormente se entregó a cada asistente, un octavo de cartulina, en el cual plasmaron nuevas metas en su proyecto de vida y que estrategias usará para alcanzarlas, esto desde la reflexión de lo alcanzado y vivido hasta este momento. Finalmente, de manera voluntaria, socializaron su construcción ante el resto del grupo y expresaron su sentir durante la ejecución de la actividad.





- *Técnica "El globo de la autoestima":*

Se entrega un globo/bomba y un marcador a cada asistente, se pide que inflen el globo, luego con el marcador lo divida en cuatro partes, después que escriban en el primero: nombre y apellidos, en el segundo: parte física del cuerpo que más les gusta, en el tercero: actitud personal que más les gusta, en el cuarto: actitud personal que debe mejorar. Seguidamente lo sueltan hacia arriba, recogen el globo de otro participante, lo leen, manifiestan su sentir sobre lo realizado, por último, se reflexiona sobre el valor de la vida y la susceptibilidad de perderla, al igual que cuando se rompen los globos.





15.1.5 Resultados obtenidos.

- ✓ Los participantes reflexionaron sobre las diversas áreas que componen un proyecto de vida
- ✓ Los asistentes identificaron los factores que limitaron la consecución de algunas metas que se habían planteado en su proyecto de vida.
- ✓ El desarrollo de las actividades permitió a los participantes, replantearse su proyecto de vida a partir del momento en que realicen su cambio de rutina laboral.

15.1.6 Impacto.

- ✓ Sensibilización frente a la importancia de autoevaluación de metas alcanzadas y no alcanzadas en su proyecto de vida

15.1.7 Valor agregado.

- ✓ Se brindó escucha activa y orientación acerca de factores limitantes y facilitadores en la consecución de metas en su proyecto de vida.
- ✓ Implementación de técnicas grupales lúdicas para el abordaje del tema

15.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

- ✓ Dar continuidad a estos espacios de preparación para el cambio de rutina laboral. mayor cantidad de trabajo, principalmente en una entidad
- ✓ Difusión de estos espacios de formación a todo el personal vinculado a la Administración.

16.1 INTEGRACIÓN Y CONVIVENCIA SOCIOFAMILIAR

El diálogo, la colaboración y unión familiar ayudan a establecer una dinámica positiva, en la que se puede abordar exitosamente todo tipo de desafío familiar, convirtiéndose en un factor protector para sus integrantes, de tal manera que al presentarse diversas situaciones de desacuerdo o que conlleven a la ocurrencia de un conflicto, la familia pueda afrontarlo juntos, resolverlo y desarrollar fortalezas en dicho proceso. Entendiendo el conflicto como inherente al ser humano, toda vez que contribuye a cambios y transformaciones, según el abordaje brindado.

En el presente taller pretendemos aportar para intervenir en situaciones que se requiera la resolución de conflictos, mediante la comunicación a nivel familiar que potenciará el trabajo en equipo, lo cual va a propender por la integración y sana convivencia sociofamiliar, a través de diferentes actividades que impulsen el desarrollo de destrezas para la resolución pacífica del conflicto, permitiendo que los integrantes de la familia se transformen en promotores o líderes del cambio.

Para dicho fin, se desarrollarán talleres grupales con la implementación de técnicas experienciales vivenciales, que facilitarán el ejercicio de autoevaluación y reflexión acerca

del sí mismo, su relación con el otro y su entorno, según el tema abordado.

Los temas abordados en este taller fueron:

- *Comunicación asertiva: Es una habilidad social que permite comunicar lo que se piensa, se siente o se necesita, sin ofender al otro. Es la actitud de la comunicación, haciéndonos responsables de nuestras emociones y comprendiendo nuestras necesidades para conectar con los demás, abriendo posibilidades de diálogo; expresando las opiniones desde el respeto hacia el otro, de una forma clara y pausada.*

- *Conflicto: Proceso de enfrentamiento entre dos o más partes, ocasionado por un choque de intereses, valores, acciones o direcciones; puede ser positiva o negativa, según como se determine.*

- *Trabajo en Equipo: Conjunto de personas que participan coordinadamente en un trabajo para alcanzar un objetivo común, aceptando normas y compartiendo emociones, sobre todo participando de un sentimiento común: "El Nosotros" =Espíritu de Equipo, teniendo una organización del trabajo con roles bien definidos, mostrando una buena sinergia en el todo: Confianza, Compromiso, Comunicación, Coordinación y Complementariedad.*

- *Convivencia: acción de convivir, es decir, vivir en compañía de otra persona u otras personas, relacionándose y aceptando al otro.*

- *Convivencia pacífica: coexistencia pacífica entre varias personas o seres reunidos en determinado lugar en determinado tiempo de manera armoniosa.*

16.1.1 Objetivo general del taller.

Favorecer la reflexión acerca de los elementos necesarios para potenciar la integración y sana convivencia sociofamiliar.

16.1.2 Objetivo específico del taller.

- ✓ Estimular la implementación de habilidades comunicacionales en pro de la mejora de la convivencia sociofamiliar.
- ✓ Fomentar la comprensión de los beneficios del trabajo en equipo a nivel familiar en pro de la integración y convivencia sociofamiliar.

16.1.3 Metodología de trabajo propuesta

La metodología utilizada fue Taller vivencial, considerado "un espacio en el cual los participantes se reúnen en grupo para trabajar a partir de experiencias personales, sobre algún tema específico. Posee una estructura y planeación previa que contempla, además de los contenidos teóricos, ejercicios que facilitan el aprendizaje y el desarrollo personal de los participantes" (Villar, 2010, citado por Gómez, 2014).

Es por ello, que se ejecutaron talleres grupales en modalidad presencial, con la

implementación de técnicas experienciales vivenciales, que facilitaron el ejercicio de autoevaluación y reflexión acerca del sí mismo, su relación con el otro y su entorno, según el tema abordado.

Participantes: Servidores Públicos de Santiago de Cali Distrito Especial, en el marco del Programa de Atención al Prejubilado.

16.1.4 Desarrollo de talleres.

Las técnicas utilizadas durante el taller fueron:

- *Técnica "La ronda":*

El grupo se organizó en círculo, cogidos de las manos, cuando la facilitadora les indicó giraron hacia el lado que se les indicó, en repetidas ocasiones. Luego se les indicó hacer lo contrario a la instrucción, mientras continúan cogidos de las manos.



- *Técnica "Caja de conflictos familiares":*

Se divide el grupo en subgrupos, se indica que tomen un sobre que contiene información secreta, cada subgrupo debe elegir uno de estos, analizar el caso descrito, proponer soluciones y luego socializar lo discutido.

a. Sobre 1: Conflictos entre hermanos.

b. Sobre 2: Conflictos entre el papá y la mamá (o cuidadores) por desacuerdos en la crianza.
c. Sobre 3: Conflictos con los hijos.
d. Sobre 4: Conflictos de pareja.







- *Técnica "La sabana":*

Se ubica una sábana en el suelo, se pide a los participantes que se quiten los zapatos y se acomoden sobre ésta. Se les indica que entre todos deben voltear la sábana totalmente hacia el otro lado, sin salirse de la misma, es decir sin colocar o apoyar los pies fuera de la sábana. Al terminar de voltear la sábana, se reflexiona acerca de los roles asumidos por cada uno y cómo resolvieron los inconvenientes para lograr la tarea.



- *Técnica: La escritura en grupo:*

El grupo se divide en subgrupos. A cada subgrupo se le entrega un marcador, que lleva pegadas o amarradas en la parte superior, varias tiras de lana de diferentes medidas, según la cantidad de personas que conforman el subgrupo. Cada persona toma una tira y todos deben escribir una palabra con el marcador, sobre una hoja de papel. Se solicita que escriban una palabra que represente el tema abordado durante el taller.







- *Ronda: ¡¡Me quiero Mucho!!:*

Se invita a todos a formar un círculo tomándose de las manos con sus compañeros, compartir un aprendizaje, luego se dan las gracias por su participación y disposición; se les indica que den un paso atrás y dos hacia adelante, mientras continúan tomados de las manos y que griten al unísono: ¡Me quiero Mucho!

16.1.5 Resultados obtenidos.

- ✓ Los participantes lograron identificar factores que entorpecen la comunicación asertiva en diferentes espacios de su vida.
- ✓ Los asistentes pudieron reconocer estrategias de abordaje del conflicto, a través de las historias de los otros.
- ✓ El desarrollo de estas actividades les permitió a los participantes comprender las acciones positivas en pro de la integración y convivencia sociofamiliar.

16.1.6 Impacto.

- ✓ Los participantes reconocieron y manifestaron que los temas abordados, son de interés a nivel general, porque están presentes en su vida laboral y familiar.

16.1.7 Valor agregado.

- ✓ Utilización de estrategias lúdicas y creativas para la ejecución de los temas abordados.
- ✓ Se generó ambiente grupal de confianza para la expresión de su sentir sobre los temas trabajados y se brindó el acompañamiento psicosocial de la facilitadora.

16.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

- ✓ Socializar cronograma con anterioridad para efectuar planeación individual según la agenda laboral de cada uno
- ✓ Dar continuidad a estos espacios de preparación para el cambio de rutina laboral. mayor cantidad de trabajo, principalmente en una entidad
- ✓ Difusión de estos espacios de formación a todo el personal vinculado a la Administración.

17.1 SOPORTE LEGAL PARA TRAMITE DE PENSIONES

En Colombia hay más de 6 millones de adultos mayores de 60 y de ellos 1,7 millones tiene una pensión de vejez, invalidez o sobrevivencia. Además, casi otros 1,7 millones de adultos mayores pertenecen al programa de Colombia Mayor en el que reciben un subsidio de $80.000 mensuales.

Por eso se estima que más de tres millones no recibe pensión alguna o subsidio para su vejez.

El gremio dice que la reforma pensional debe tener menos subsidios para las pensiones del sistema público y en cambio crear un Sistema Integral para la Vejez que reforme los pilares

solidarios como Colombia Mayor y BEPS para aumentar cobertura, eliminar los subsidios a las pensiones de la población de altos ingresos y hacer un sistema sostenible para las generaciones futuras y que asegure suficientes recursos para pagar las pensiones de aquí en adelante.

El gremio dice que nunca ha propuesto eliminar Colpensiones. Propone que siga funcionando y que invierta los aportes de sus afiliados.

17.1.1 Objetivo general del taller.

Es garantizar a la población la información veraz sobre las contingencias derivadas de la vejez, la invalidez y la muerte, mediante el reconocimiento de las pensiones y prestaciones que se determinan en la presente ley, así como propender por la ampliación progresiva de cobertura a los segmentos de población no cubiertos con un sistema de pensiones.

17.1.2 Objetivo específico del taller.

Dar a conocer sobre las herramientas que pueden utilizar nuestros adultos mayores para lograr pensionarse.

Brindar apoyo jurídico al pre pensionado - exponiendo RPM y RAIS.

17.1.3 Metodología de trabajo propuesta

Teórico-práctica, para lo cual se utilizarán técnicas como juego de rol, retroalimentación y sugerencia de apoyos como libros y podcasts, simulación de entrevista y una serie de ejercicios prácticos

17.1.4 Desarrollo de talleres

La capacitación fue desarrollada de forma expositiva y participativa, aportando en el conocimiento de los asistentes. Utilizando medios audiovisuales como el video vean.

- ✓ Se explica cómo funciona el sistema pensional y antecedentes
- ✓ Se expone Régimen de Prima Media Con Prestación Definida
- ✓ Se expone Régimen de Ahorro Individual con Solidaridad
- ✓ Resolución de inquietudes y actualidad normativa



17.1.5 Resultados obtenidos.

Se pudieron aclarar varias inquietudes con respecto al tema socializado y se hicieron énfasis en ciertas preguntas de comunes, hubo muy buena participación del grupo y conciencia del grupo de trabajo con ocasión a la importancia de conocer el sistema pensional y su funcionamiento

17.1.6 Impacto.

El impacto logrado y manifestado por los participantes ante esta actividad refirieron que les gustó mucho la actividad ya que no tenían claro varios conceptos claros que ahora pueden usar como un criterio para escoger la mejor opción de pensión.

17.1.7 Valor agregado.

Exponer de forma dinámica y a modo de conversación herramientas útiles en el proceso de transición de la vida laboral a la vida de pensionado.

17.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

Facilitar el uso de materiales audiovisuales que estén disponibles para los funcionarios donde puedan obtener información del tema o en su defecto más capacitaciones de este tipo.

17.1.9 Observaciones.

No tengo acotaciones respecto al programa.

18.1 POSIBILIDADES OCUPACIONALES (INICIATIVA EMPRESARIAL O IDEAS DE NEGOCIO)

La iniciativa empresarial es un tema que requiere de gran compromiso, si se tiene como referencia los retos que se presentan en el diario vivir, debido a los constantes cambios en los mercados y en las necesidades de crear procesos apuntados a dominar los mercados, generando un mayor crecimiento económico y social.

En este módulo se pretende incentivar a las personas a generar ideas y oportunidades de emprendimiento con el fin de extender su vida laboral, y que de estas ideas surjan negocios y/o compañías económicamente viables que puedan llegar a generar empleos, impactando positivamente el lugar donde se desarrollaran las actividades.

- *¿Que es emprendimiento?*

El emprendimiento es el proceso de diseñar, lanzar y administrar un nuevo negocio, que generalmente comienza como una pequeña empresa o una emergente, ofreciendo a la venta un producto, servicio o proceso.

18.1.1 Objetivo general del taller

Enfocar el emprendimiento, como una alternativa de generación de nuevos ingresos, creación de nuevos negocios y diseño de pautas para la sostenibilidad y el éxito.

18.1.2 Objetivos específicos del taller

a. Analizar los ejemplos de empresas internacionales que han aplicado el emprendimiento como una solución para el rescate y sostenimiento exitoso de sus compañías.

b. Delimitar las características a favor y los limitantes que tiene la aplicación del emprendimiento para el mercado nacional.

c. Identificar las diferentes clases de emprendimiento.

d. Investigar el marco de los negocios y la cultura emprendedora, y ubicarlo en los parámetros de negocios y empresas de Colombia.

18.1.3 Metodología de trabajo propuesta

Taller fue realizado de forma presencial con un enfoque visionario, utilizando como herramientas, diapositivas y videos para la conceptualización de este, enfatizando en temas como el significado general, vivencias y ejemplos, socializaciones espontaneas de lo realizado en el trabajo personal motivando a la participación; donde los asistentes generan preguntas o dudas sobre de sus ideas de negocios y demás.

18.1.4 Desarrollo de talleres.

Se inicia el taller con una presentación breve y general del taller; seguidamente de presentación de lo que es el emprendimiento, ejemplos de éxito y personal.




18.1.5 Resultados obtenidos.

Los funcionarios fueron muy participativos con muy buena actitud y disposición; enriquecieron el taller con vivencias.

18.1.6 Impacto.

Los participantes se mostraron muy receptivos, dispuestos y participativos, en un ambiente de confianza para comunicar sus pensamientos, vivencias y emociones, lo cual es positivo porque genero un clima de reflexión individual y grupal donde hubo empatía con las diferentes expresiones de los compañeros.

18.1.7 Valor agregado.

A los participantes se les dio unos tip´s sobre creación de empresa, nichos económicos para que tengan las herramientas suficientes si llegasen a emprender ya sea a mediano o a largo plazo.

18.1.8 Consideraciones y recomendaciones.

Agradecer la participación de cada una de las personas que participan en el taller presencial realizado en El Orquideorama – Cali – Valle del Cauca.

19.1 PRESUPUESTO PERSONAL Y FAMILIAR

El manejo y control de un presupuesto personal y familiar ha tomado gran relevancia en nuestro diario vivir, identificar, determinar y planificar los recursos financieros que se perciben en un hogar, así como lo determinan las empresas.

La implementación y el correcto manejo de las finanzas personales garantiza la oportuna

toma de decisiones, con lo cual se pueden llegar a evitar gastos y costos inoficiosos, ya que se podrá contar con un panorama claro entre la relación de ingresos y egresos de capital que se puedan generar en los diferentes periodos; esto con con tal relevancia que se ha realizado la inclusión de estos temas en currículos académicos y conversatorios.

- *¿qué se entiende por presupuesto personal y familiar?*

Se podría indicar que el presupuesto personal y familiar, hace referencia a la aplicación de herramientas de gestión financieras en un ámbito personal, estas se basan en modelos técnicos utilizados en Finanzas corporativas con el fin de administrar los recursos a lo largo su vida, esto con el fin brindar información financiera real a una persona o núcleo familiar basados en datos históricos y proyecciones futuras de gastos teniendo en cuenta ingresos, productos financieros, entre otros y así optimizar el manejo de estos.

Un presupuesto personal y familiar en pocas palabras es un flujo efectivo, es decir, cómo se mueven tus recursos financieros.

19.1.1 Objetivo general del taller

La elaboración y manejo de un presupuesto personal y familiar tiene como objetivo el suministro de información clara y real del estado financiero actual y basado en esto, tomar decisiones que optimicen el manejo adecuado de los recursos

19.1.2 Objetivos específicos del taller

- ***Protección:*** *Contar con las adecuadas garantías ante la manifestación de diferentes riesgos.*
- ***Inversión:*** *la acumulación de recursos con el fin de adquirir activos que impacten positivamente la calidad de vida, los cuales pueden llegar a tener un alto valor en el mercado, así como, el estudio, vivienda, vehículos, emprendimiento, entre otros.*
- ***Cobertura total de obligaciones:*** *contar con los recursos requeridos y así cumplir con los gastos y obligaciones tributarias que se deriven.*
- ***Jubilación:*** *Contar con los recursos o con los activos que puedan generar recursos suficientes en la etapa donde toma la decisión de dejar de trabajar.*

19.1.3 Metodología de trabajo propuesta

Taller fue realizado de forma presencial de forma expositiva, donde se apoyó con presentaciones y video vean

19.1.4 Desarrollo de talleres.

Se inicia el taller con una presentación sobre la importancia de llevar Presupuesto Personal Y Familiar en tener el control de cómo movemos nuestro dinero. Ya que hay personas que gastan más dinero del que generan, es decir, gastan más de lo que ganan y eso les genera deudas que van incrementando mes a mes.

En esto radica la necesidad de llevar un seguimiento de los ingresos y gastos que se tienen para el mes en curso y así poder medir el estado financiero en el que se encuentra, por otra parte, permite corregir desviaciones de capital y establecer un rubro mensual a cada gasto, y poder asignar un valor a los gastos que parecen insignificantes.



19.1.5 Resultados obtenidos.

Los funcionarios fueron muy participativos. Sin embargo, se evidencio que hay falta de educación financiera del cual se pretendió despejar cualquier inquietud con ejemplos didácticos

19.1.6 Impacto.

Los participantes se mostraron muy receptivos con el tema tratado, se pudo presenciar el interés, dispuestos y participativos,

19.1.7 Valor agregado.

A los participantes se les dieron algunos concejos sobre temas de presupuesto, ahorro e inversiones que pueden usar para lograr sus objetivos y metas planteadas.

19.1.8 Entrega de plegable Guía breve ruta de jubilación.

Para reforzar los conocimientos se realizo la entrega a los asistentes del programa de atención al prejubilado, en la cual se informa procedimientos, formatos y requisitos en el tema de pensión.



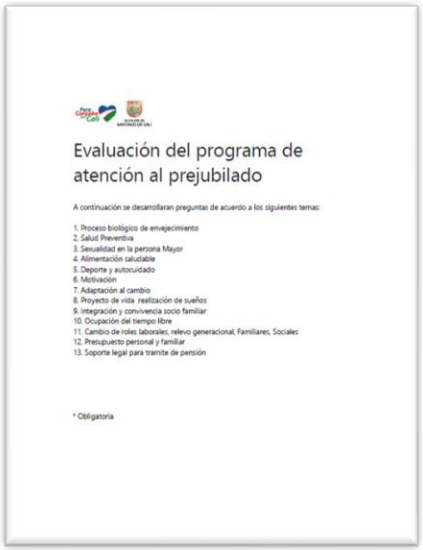


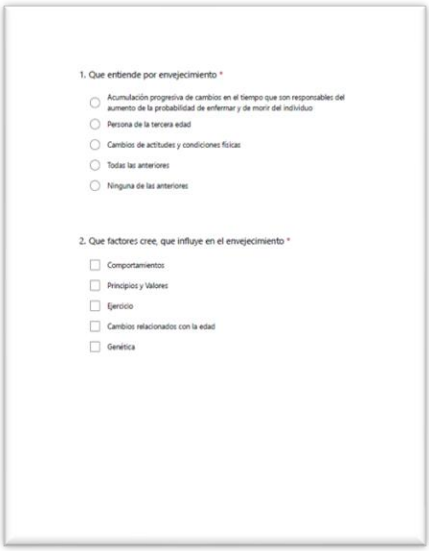
19.1.9 Consideraciones y recomendaciones.

Se agradece la participación de los funcionarios y el interés en estos temas.

20 Evaluación del programa de atención al prejubilado

Para la retroalimentación del programa se realizó la evaluación de los temas mediante la evaluación general con 17 puntos, en los que se encontraban preguntas de orden cerrado, abierto u opción múltiple de los temas vistos en todos los talleres.





20.1 RESULTADOS DE LOS ANALISIS DE LAS EVALUACIONES APLICADAS A LOS FUNCIONARIOS

Cumpliendo con los lineamientos y de acuerdo con el contrato 4137.010.26.1.569-2022 cuyo objeto se centra en la *"REALIZACIÓN DE TALLERES A LOS SERVIDORES PÚBLICOS DEL DISTRITO ESPECIAL, DEPORTIVO, CULTURAL, TURÍSTICO, EMPRESARIAL Y DE SERVICIOS DE SANTIAGO DE CALI EN EL MARCO DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN AL PREJUBILADO".*
Se presenta los siguientes resultados de acuerdo con las evaluaciones aplicadas a los funcionarios como se muestra a continuación

20.1.1 TABULACIÓN DE LOS RESULTADOS PRESENTADOS

Se aplicó la evaluación a un total 30 personas, en cuestionario de 17 preguntas, de las cuales 16 fueron cerradas y una abierta.

1. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Que entiende por envejecimiento? de las 23 personas evaluadas solo el 55% contesto de forma correcta y el 45% no

1. Que entiende por envejecimiento	Total
correcto	55%
Incorrecto	45%
Total general	100%

2. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Qué factores cree, que influye en el envejecimiento? de las 23 personas evaluadas solo el 57% contesto de forma correcta y el 43% no

2. Que factores cree, que influye en el envejecimiento	Total
correcto	57%
Incorrecto	43%
Total general	100%

3. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Que niveles de cambio crees que sucedería en el envejecimiento? de las 23 personas evaluadas solo el 39% contesto de forma correcta y el 61% no

3. Que niveles de cambio crees que sucedería en el envejecimiento	Total
correcto	39%
Incorrecto	61%
Total general	100%

Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Que niveles de cambio crees que sucedería en el envejecimiento? de las 23 personas evaluadas solo el 22% contesto de forma correcta y el 78% no

4. Que entiende por medicina preventiva en la tercera edad *	Total

correcto	**22%**
Incorrecto	**78%**
Total general	**100%**

4. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Que tipos de prevención en medicina existe? de las 23 personas evaluadas solo el 18% contesto de forma correcta y el 82% no}

5. Que tipos de prevención en medicina existe	Total
correcto	**18%**
Incorrecto	**82%**
Total general	**100%**

5. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Seleccione uno de la principales problemas en la Sexualidad? de las 23 personas evaluadas solo el 17% contesto de forma correcta y el 83% no

6. Seleccione uno de la principales problemas en la Sexualidad	Total
correcto	**17%**
Incorrecto	**83%**
Total general	**100%**

6. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Enfermedades como artritis, dolor crónico, demencia y diabetes, pueden causar problemas sexuales? de las 23 personas evaluadas solo el 22% contesto de forma correcta y el 78% no

7. Enfermedades como artritis, dolor crónico, demencia y diabetes, pueden causar problemas sexuales	Total
correcto	**22%**
Incorrecto	**78%**
Total general	**100%**

7. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Que entiende sobre alimentación saludable? de las 23 personas evaluadas solo el 22% contesto de forma correcta y el 78% no

8. Que entiende sobre alimentación saludable	Total
correcto	**22%**
Incorrecto	**78%**
Total general	**100%**

8. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Que entiende por autocuidado? de las 23 personas evaluadas solo el 26% contesto de forma correcta y el 74% no

9. Que entiende por autocuidado	Total
correcto	**26%**
Incorrecto	**74%**

Total general	100%

9. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿ Cuáles de las siguientes definiciones pertenece a salud mental? de las 23 personas evaluadas solo el 30% contesto de forma correcta y el 70% no

10. Cuales de las siguientes definiciones pertenece a salud mental	Total
correcto	30%
Incorrecto	70%
Total general	100%

10. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Mencione que beneficios Psicológicos incrementa la actividad física? de las 23 personas evaluadas solo el 35% contesto de forma correcta y el 65% no

11. Mencione que beneficios Psicológicos incrementa la actividad física	Total
correcto	35%
Incorrecto	65%
Total general	100%

11. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Negación y el miedo son etapas que pertenecen a la curva del cambio? de las 23 personas evaluadas solo el 17% contesto de forma correcta y el 83% no

12. Negación y el miedo son etapas que pertenecen a la curva del cambio	Total
correcto	17%
Incorrecto	83%
Total general	100%

12. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Que etapa de la comunicación asertiva es la correcta? de las 23 personas evaluadas solo el 22% contesto de forma correcta y el 78% no

14. Que etapa de la comunicación asertiva es la correcta *	Total
correcto	22%
Incorrecto	78%
Total general	100%

13. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Qué crees que es el conflicto? de las 23 personas evaluadas solo el 22% contesto de forma correcta y el 78% no

15. Que crees que es el conflicto	Total
correcto	22%
Incorrecto	78%
Total general	100%

14. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Una de las acciones de ocupación de tiempo libre puede ser la recreación? de las 23 personas evaluadas contestaron de forma correcta el 100%

16 Una de las acciones de ocupación de tiempo libre puede ser la recreación	Total
correcto	100%
Total general	100%

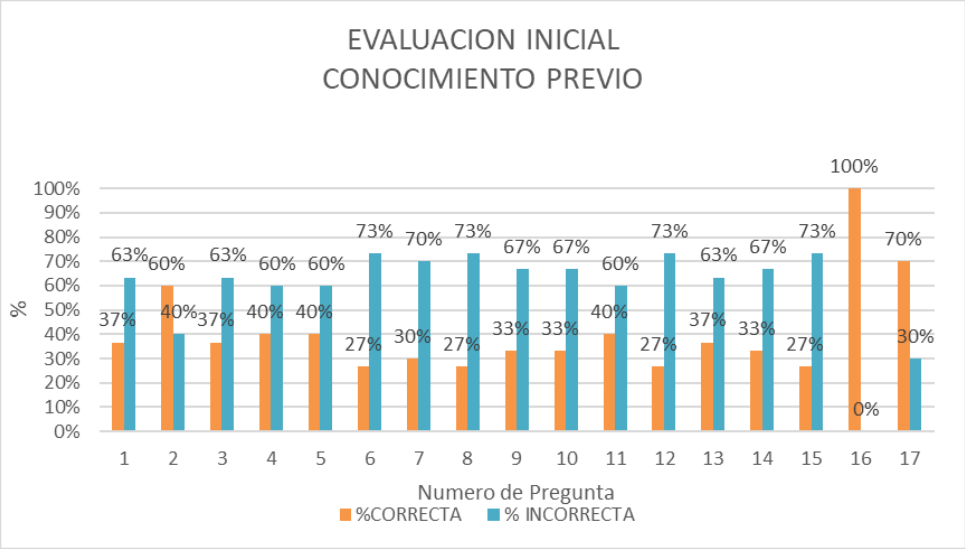
15. Como se evidencia en la siguiente grafica ¿Cuál de las siguientes etapas de ciclo vital individual son verdaderas? de las 23 personas evaluadas solo el 78% contesto de forma correcta y el 22% no

17. Cual de las siguientes etapas de ciclo vital individual son verdaderas	Total
correcto	78%
Incorrecto	22%
Total general	100%

CONCLUSIONES GENERALES DE LAS EVALUACIONES

EVALUACION INICIAL

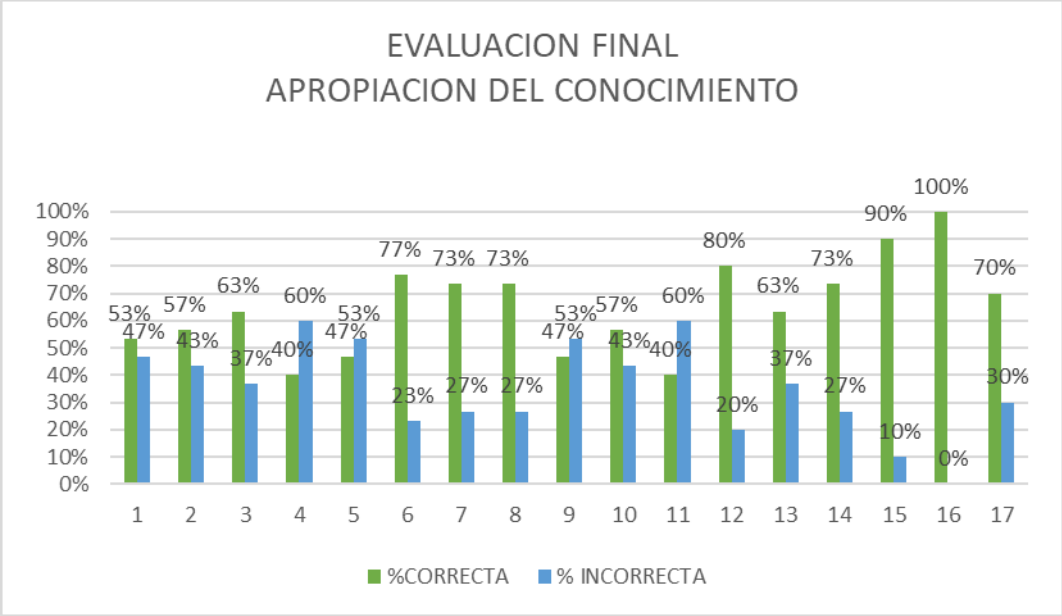
Se aplica evaluación de conocimientos previos para conocer la línea base del conocimiento con el cual se inicial el programa de prejubilados, se realiza a un total de 30 asistentes de los cuales obtuvieron en el sondeo un resultado de:



De la anterior grafica podemos decir que en promedio un 41% de las preguntas fueron acertadas contra un 59% de respuestas incorrectas.

EVALUACION FINAL

En el ejercicio de la apropiación del conocimiento se realizó una evaluación final para verificar el aprendizaje de los asistentes a los talleres y capacitaciones realizados para lo cual se obtuvo un resultado sobre cada pregunta realizada de:

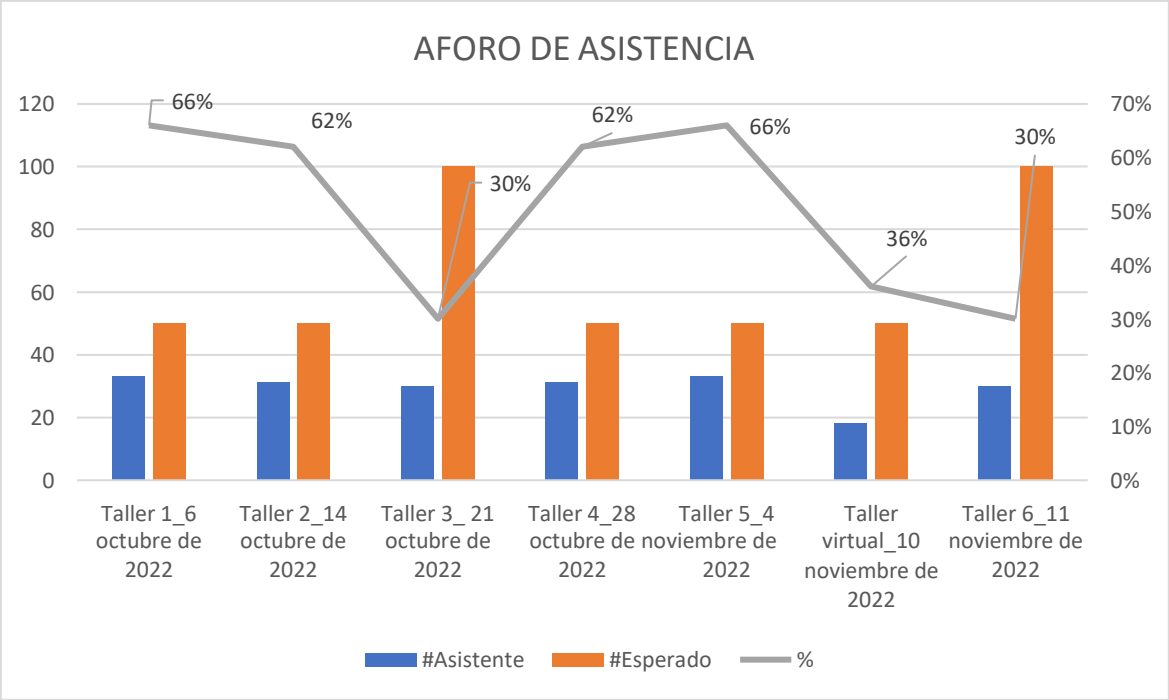


Según la grafica anterior podemos visualizar el avance donde se promedia la cantidad de respuestas correctas dando un promedio de 65% en contraste a un 35% de respuestas incorrectas.

Se puede mencionar que las se obtuvo una mejoría y la apropiación del conocimiento en los asistentes al programa de prejubilados en cuanto a las mismas preguntas realizadas de los temas se aprendió y pudieron justificar las respuestas.

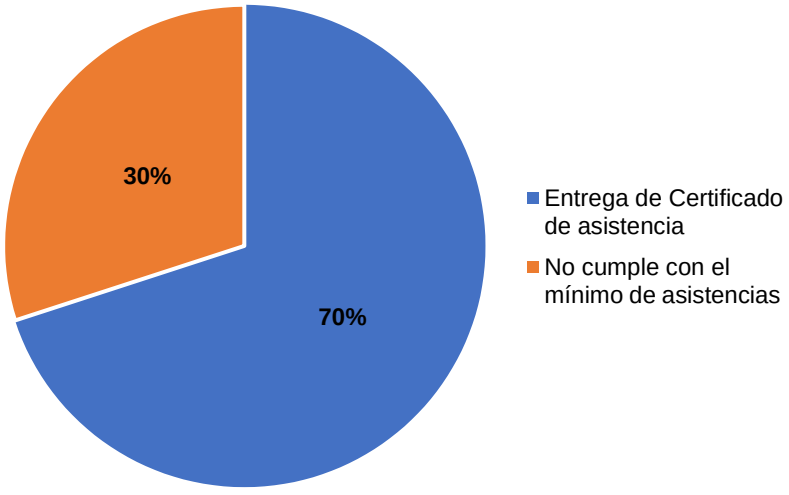
20.1 Estadísticas.

20.1.1 Aforo de Asistencia.



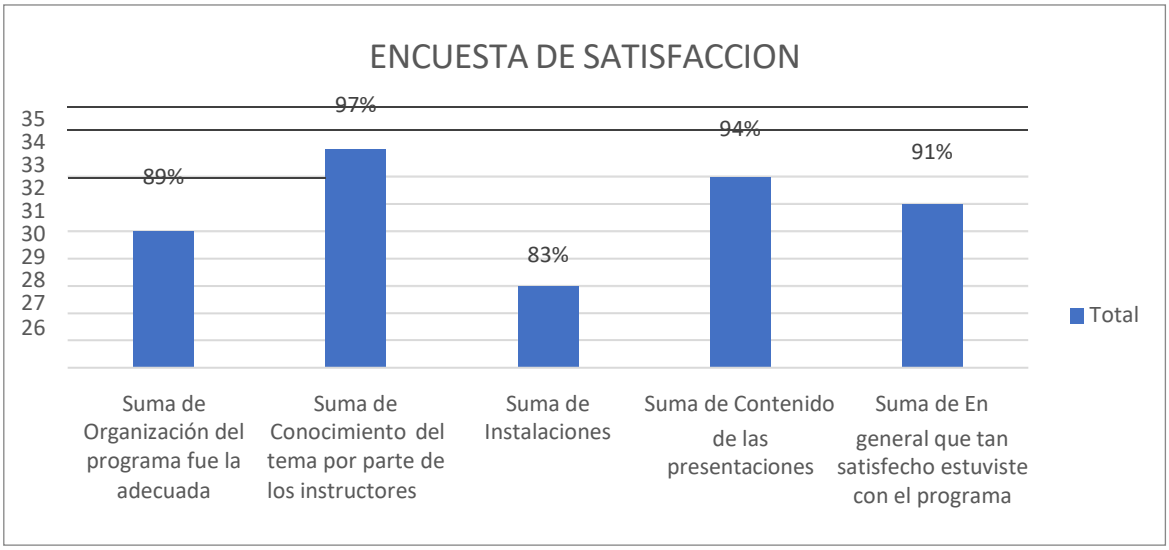
Para la asistencia en cada sesión, se puede inferir que en las capacitaciones realizadas en el Hotel Torre de Cali con una asistencia superior al 60% y en las sesionesrealizados en el Orquideorama se mantuvo en una asistencia del 30%, la novedad se tieneen la sesión virtual con un aforo de 36%, debido en parte porque no se encontraba planeada dentro del cronograma inicial y la complejidad con el medio o la plataforma para conectarse.

20.1.2 Asistencia y certificación.



Frente a la asistencia se puede evidenciar que dentro del grupo poblacional la asistencia

en un 70% que correspondiente a 35 funcionarios supero la mayoría de los talleres, a los cuales se entregó certificado de asistencia, en contraste al 30% de los funcionarios quienes tuvieron una asistencia inferior al 50% equivalentes a 3 sesiones o menos.



De los asistentes a los talleres se logró evaluar la percepción frente a las diferentes particularidades donde se encontró que en la mayoría de los temas, su satisfacción fue total superior al 80%, frente a la organización del programa se obtuvo una satisfacción del 89%, respecto conocimiento de temas por parte de los instructores y contenido de las presentaciones fue superior al 97% y 94% respectivamente y las instalaciones obtuvieron un 83% de satisfacción, debido a que al ser población de mayor edad factores como la fatiga y el vértigo a las alturas influyen en la puntuación y en general la satisfacción del programa obtuvo un 91% de satisfacción con el objetivo planteado desde el inicio del programa. Como recomendaciones durante la evaluación final del proceso se tienen las siguientes de los asistentes:

- *"Primero, todo excelente, no me gustó el piso ,41 de la torre de Cali, las conferencias, todo muy exquisito, gracias por tenerme en cuenta mil gracias. Y que se repita. Dios les bendice Gracias"*

- *"Muy chévere las actividades realizadas"*

- *"Sugiero q estas capacitaciones se hicieran realmente para el funcionario que deseé irse, pude percatar q hay funcionarios q hacen el curso cada año"*

- *"Lugar y más claridad en la pantalla de la exposición"*

- *"Mayor tiempo para discusión y consultas sobre régimen pensional"*

- *"Ser más exigentes con la asistencia, compromiso y disciplina para los seleccionados al taller."*

- *"Excelente programa, me despejaron muchas dudas y ayuda para toma de decisiones"*

De las recomendaciones recibidas cabe mencionar, la planeación para realizar teniendo en cuenta el lugar ya que en sitios altos tienden a sentirse angustiados, ampliar temas de régimen pensional y economía, exigir la asistencia dando posibilidades como opciones virtuales

21.1 Ubicación de las actividades realizadas

Según el cronograma implementado, las actividades se realizaron en las dos siguientes locaciones:

- *Primera locación: Torre de Cali plaza hotel durante las semanas 1, 2, 4 y 5. Ubicado en la AV de las Américas # 18 N - 26, Cali, Valle del Cauca*

- *Segunda locación: Salón de eventos del ORQUIDEORAMA durante las semanas 3 y 6 Ubicado en la Av. 2 norte # 48-10*

UBICACIÓN			**Torre de Cali Plaza Hotel Av. de las Américas #18N - 26, Cali, Valle del Cauca**		**ORQUIDEORAMA Av. 2 norte # 48-10**	**Torre de Cali Plaza Hotel Av. de las Américas #18N - 26, Cali, Valle del Cauca**		**ORQUIDEORAMA Av. 2 norte # 48-10**
No	**TEMA**	**Q**	**Semana**					
			1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
1	Proceso biológico de envejecimiento	25		**X**				
2	Salud Preventiva	**50**			**X**			
3	Sexualidad en la persona Mayor	25				**X**		
4	Inteligencia Emocional	25				**X**		
5	Deporte y autocuidado	50						**X**
6	Alimentación saludable	50			**X**			
7	Motivación	25	**X**					
8	Adaptación al cambio	50			**X**			
9	Proyecto de vida / realización de sueños	50						**X**
10	Integración y convivencia socio familiar	**25**	**X**					
11	Ocupación del tiempo libre	25					**X**	
12	Cambio de roles laborales / relevo generacional, Familiares, Sociales	**25**		**X**			**X**	
13	Posibilidades Ocupacionales (iniciativa empresarial o ideas de negocio)	**50**			**X**			
14	Presupuesto personal y	**50**						**X**

	familiar							
15	Soporte legal para tramite de pensión	**50**						**X**

22.1 Conclusión

En conclusión, según lo anterior, describimos al programa como un complemento muy importante, ya que, ayuda en la toma de decisiones, programarse para visualizar el panorama del hecho de pensionarse, como un cambio a afrontar en la población intervenida.

Para la planeación de los cursos deben realizarse en sitio donde se despejen y conciban el espacio no como una capacitación institucional, en su lugar, puedan percibirse como un alimento en la vida de las personas para encaminarse a su pensión, ya que, como se percibió desde cada taller, el agradecimiento de la gente por el cuidado y la importancia que se le dio en los temas y las perspectivas vistas en los talleres vivenciales, les ayudo en diferentes ámbitos personales y familiares.