



ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI

INFORME

Fecha: 14/dic/2022

Actividad realizada por: Diana Fernanda Ramírez Paz – Contratista, Laura Franco – Contratista, Carolina Restrepo – Contratista, "Ver listado de asistencia"

Objetivo: Realizar reunión de cierre de fin de año del equipo de coordinadores del programa de Servicios Amigables en el Ecoparque de Pance en articulación con el Equipo de Salud Mental y Convivencia Social.

Metodología aplicada: Participación

Agenda del día:

1. Saludo.
2. Desarrollo.
3. Cierre.

Desarrollo de la jornada:

1. Saludo.

La contratista Carolina Restrepo dio la bienvenida a los coordinadores de Servicios Amigables de las Empresas Sociales del Estado – ESE, los asistentes de Profamilia y las contratistas del Equipo de Salud Mental y Convivencia Social, quien explico el motivo del acompañamiento, que en primera instancia fue agradecer la labor realizada durante el año, para posteriormente realizar una caminata en el Ecoparque Río Pance con la limpieza y revitalización del río; una meditación guiada para generar un espacio de relajación,



ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI

reconocimiento propio y ejercicio de soltar, para posteriormente establecer un espacio de siembra que representa de manera simbólica el nuevo nacimiento de cada uno de los participantes para cerrar el año.

Dando cumplimiento con el desarrollo de los ejes de la política que corresponde a eje de instituciones garantes de la atención integral e integrada en salud mental y consumo de spa y al eje de reintegración e inclusión social de personas con afectaciones en salud mental y al eje de fortalecimiento de relaciones y vínculos sociales para la prevención de las afecciones en salud mental.

2. Desarrollo.

Se dio inicio a la jornada con un compartir, en donde cada uno de los participantes se encargó de llevar un elemento al espacio (buñuelos, queso, hojaldra, papas, gaseosas, etc); la contratista Marcela Henao, resaltó la labor de cada uno de los asistentes y agradeció la participación del espacio; para continuar con el plan del día, se dio apertura a la caminata con la recolección y limpieza del espacio, a medida que se realizaba el desplazamiento el guía, José Neil, generó una charla sobre la importancia de la preservación del espacio.

Se llegó a un espacio determinado en el Ecoparque en el que las contratista Diana Ramírez y Laura Franco, dieron la apertura al momento de la meditación guiada y de relajación, los asistentes se acostaron en el espacio y fue entonces cuando la contratista Diana Ramírez saludó a los asistentes y empezó a explicarles técnicas de respiración abdominal, posterior a esto, les indicó a los participantes que tomaran una posición en la que se sintieran cómodos, para empezar a tomar ciclos de respiración, posteriormente, con ayuda de aceite de lavanda, se inició la sesión de mindfulness con una sencilla forma de ayuda para aliviar las tensiones o malestares que traían al espacio; en donde durante aproximadamente 20 minutos lo que se logró hacer fue hacer que los asistentes fueran conscientes de las



ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI

sensaciones del cuerpo que normalmente pasan desapercibidas por el estrés y diferentes actividades del día a día.

Posteriormente la contratista Laura Franco, empezó a llevar a los asistentes con un ejercicio de visualización a un lugar seguro o de la preferencia de cada uno de ellos, en donde se pudieran liberar las preocupaciones o tensiones en el cuerpo y mente del día a día, para llegar a un momento del ejercicio en donde los participantes pudieran liberar todas aquellas cargas emocionales, físicas y mentales con las que llegaron al espacio.

Al finalizar la sesión de mindfulness, la contratista Diana Ramírez les explicó a los asistentes que dicha actividad era traída al espacio pues no todos los profesionales disponen de estrategias de afrontamiento del estrés adecuadas y efectivas. El Mindfulness es una de las estrategias que se ha mostrado una mayor eficacia a la hora de paliar y prevenir los efectos del estrés continuado que se puede producir en las diferentes labores que como trabajadores del área de la salud se encuentran día a día; se les explicó que es una habilidad que se puede desarrollar con el entrenamiento adecuado ya que, pese a que poseemos esta habilidad, raramente la usamos de forma consciente y casi nunca por más de unos segundos de tiempo. Se les explico también que esta técnica actúa eliminando los efectos de los agentes estresantes permitiendo enfrentarnos a ellos de forma diferente.

Adicionalmente para finalizar la actividad en el espacio, realizaron ejercicios físicos para regresar el cuerpo a un estado de bienestar seguro; se dio paso entonces a la continuación de la caminata, con una parada en la huerta, en donde el guía Jose Neil y los gestores ambientales, ofrecieron una charla sobre el uso de la pólvora y cómo esta afecta de manera significativa a toda la fauna silvestre, los animales domésticos y las personas, también realizaron una explicación de cómo crear una huerta en casa y cómo este ejercicio puede generar espacios sostenibles para un consumo responsable de alimentos.



ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI

Para cerrar la jornada los asistentes continuaron la caminata a un lugar específico de siembra, en donde se encontraban las diferentes especies para realizar la siembra; cada uno cogió su especie y se ubicó en los espacios designados en donde cada uno de ellos pudo dejar su árbol de guadua sembrado.

3. Cierre.

Se realizó el cierre de la actividad en donde la contratista Diana Ramírez agradeció la invitación para generar la articulación e invitó a continuar trabajando en los diferentes ejes de la política que se manejan desde el equipo de Salud Mental y Convivencia Social, adicionalmente el poder continuar contando con la articulación siempre que sea necesario.

Número de convocados: Convocatoria abierta

Número de asistentes:

Cumplimiento del objetivo de la jornada: Se da cumplimiento.

Compromisos: N/A

Observaciones: N/A

Persona que realiza el informe:

DIANA RAMÍREZ

Contratista

Salud Mental y Convivencia Social

Secretaría Distrital de Salud



ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI

Listado de Asistencia:

 GOBIERNO DE SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN GESTIÓN TECNOLÓGICA Y DE LA INFORMACIÓN GESTIÓN DOCUMENTAL	MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MPO)	MANEJO DE PROYECTOS
	LISTADO DE ASISTENCIA	VERSION: 002

ACTA DE REUNIÓN N° 4145.020.1459.445

OBJETIVO: Realizar mega municipal servicios amigables

FECHA: 14/12/2022
HORA INICIAL: 08:00 en pm
HORA FINAL: 05:00 pm
LUGAR:
Eco parque Pance.

N°	Nombre	Organismo/Entidad	ASISTENTES		Firma
			Teléfono	Correo Electrónico	
1	Patricia V. Serrín	SSPD - 3AAJ	3005263340	colnec.soma@cali.gov.co	
2	Indrid Rocio Tapia	ESG Ladera	301-4986894	saludsexual@saludladera.gov.co	
3	Margarita Calado	ESE Oriente	3132249733	serviciomunicipalesorientegov.co	
4	Daniela Puerto	ESE Oriente	3045718913	serviciomunicipalesorientegov.co	
5	Darling Juliana M.	ESE Oriente	3133104747	Darlingmaquera20@gmail.com	
6	Laura Carolina Franco	SDS - SM	3219445724	Laura.Franco.Burjato@gmail.com	
7	Paul Carlos Pérez B	Pro familia	3045421500	jenny.garcia@profamilia.org.co	
8	Carolina López Lora	ESE Norte	3166953828	serviciomunicipalesnortegov.co	
9	Marela Henao Lopez	DDO 30AAJ	300214761	marela.henao@cali.gov.co	
10	Emigiliano Valencia	ESE Ladera	320552240	emigiliano1970@gmail.com	
11	Rosa Hatzbandberg	ESE Norte	322521744	rusa1124@hotmail.com	
12	Daniel Campillo	Comfandi	3006557151	danielcampillo@comfandi.gov.co	
13	Dania Pantoja	ESE Ladera	3187631867	denixunox1102@gmail.com	
14	Laura Diaz Haret	ESE Centro	3187902544	laurapaticadiaz16@gmail.com	
15	Miguel Angel Ruiz Arias	ESE Centro	317268262	mianruiz202@gmail.com	
16	Carolina Restrepo	SSPD - Salud Mental	318-5953108	carolina.restrepo@cali.gov.co	
17	Diana Ramirez	SSPD - Salud Mental	318 4409860	diana.ramirez21@usc.edu.co	



ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI

Registro Fotográfico:



Fuente: Realizar reunión de cierre de fin de año del equipo de coordinadores del programa de Servicios Amigables en el Ecoparque de Pance en articulación con el Equipo de Salud Mental y Convivencia Social, Santiago de Cali, 14/dic/2022, 08:00 am. 05:00 pm