DIMENSIÓN CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

ENCUENTROS COMUNITARIOS PISCOEDUCATIVOS PARA JOVENES Y ADULTOS SOBRE EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL Y SANA CONVIVENCIA

PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS – PSPIC
DEPARTAMENTAL
IPSI AYUULEEPALA

PRESENTADO POR:
DANIELA LICETH PIMIENTA DÍAZ

PSICOLOGA
REFERENTE DEPARTAMENTAL PSPIC

MANAURE – LA GUAJIRA
2023

1. INTRODUCCION

Cuando se habla de Salud Mental, se hace referencia al bienestar emocional, psicológico y social.
Una salud mental adecuada permite el afrontamiento de situaciones de estrés y además el desarrollo de todas sus habilidades, y la capacidad de aprender de desenvolver en todos los ámbitos adecuadamente y de esta manera aportar la buena convivencia en el entorno.
En este sentido, es totalmente indispensable en la salud y el bienestar pues determinada las capacidades del ser humano, de manera individuales o grupales cuando de tomar decisiones se trata, de instaurar relaciones y así contribuir al desenvolvimiento del mundo, la salud mental es además un derecho fundamental y es un factor imprescindible para el desarrollo personal y en general.

Cuidar nuestra salud mental alude a dedicar tiempo y a hacer cosas que ayudan a vivir adecuadamente y a mejorar su salud física y mental. Cuando se trata de su salud mental, el autocuidado puede ayudarle a controlar el estrés, disminuir su riesgo de contraer enfermedades y aumentar su nivel de energía. Hasta algunas acciones pequeñas para dedicar un poco de tiempo a sí mismo en la vida diaria pueden generar un gran impacto. El autocuidado es diferente para todos y es importante descubrir qué es lo que usted necesita y disfruta. Podría ser necesario intentar diferentes cosas hasta descubrir qué funciona mejor para usted. Además, si bien el autocuidado no es una cura para las enfermedades mentales, comprender qué ocasiona o desencadena sus síntomas leves y qué técnicas de afrontamiento le funcionan le puede ayudar a cuidar su salud mental.

La sana convivencia es la forma que tienen las personas de vivir y de relacionarse que se reflejen los conflictos o problemas de comunicación o de relacionamiento. A través de una convivencia pacífica los seres humanos desarrollan y fortalecen la capacidad de dialogar, trabajar, socializar, expresarse y resolver conflictos idóneamente y en sana paz. Las diferencias entre los individuos estarán siempre presentes en una sociedad que convive en armonía, la diferencia con las personas que no promueven la sana convivencia son los valores y la forma de resolver los conflictos. Si se presenta uno o varios casos de conflicto en un grupo
que conviven lo más sanamente posible, buscarán automáticamente la forma de dialogar y resolver los problemas de la mejor forma sin necesidad de integrar a la violencia.

A través de la sana convivencia se da a conocer cuáles son los valores, las costumbres y el comportamiento de cada quien, generalmente esta estrategia permite vivir y convivir

sin necesidad de que surja ni se ejerza la violencia, en cambio esta será sustituida por la solidaridad en una circunstancia difícil.

Resulta fundamental y relevante vivir en un entorno familiar, social, laboral y comunitario sano, en el cual permanentemente exista una buena convivencia en todos los aspectos, sobre todo familiar, como consecuencia la sana convivencia reduce el riesgo de que los miembros de la familia puedan padecer trastornos mentales teniendo en cuenta que algunos autores aseguran que las actividades realizadas en familia, complementadas con una sana convivencia, permiten disminuir de forma considerable los riesgos de padecer trastornos mentales como depresión, ansiedad y dificultades y en autoestima y la conducta, evita a demás actos autolesivos como los intentos de suicidio.

La base de una convivencia pacífica inicia en el hogar, en la educación que ofrezca mamá, papá o el líder de la familia a todos los integrantes. Son ellos los que se encargan de enseñar el valor de la palabra respeto, tolerancia y empatía. De la misma forma, establecen reglas claras y enseñan el concepto de responsabilidad y honestidad que también juegan un papel importante en el buen convivir y son acuerdos de convivencia indispensables en la familia.

2. JUSTIFICACION

La salud mental influye en gran medida en la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos las distintas situaciones que se nos presentan en la vida. Por otro lado, también ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la adultez y la vejez.
Tender una buena salud mental, favorece el afrontamiento del estrés de la vida, no posibilita estar físicamente saludable, tener relaciones sanas, contribuir en forma significativa a su comunidad, trabajar productivamente. Además, la salud mental también es importante porque puede afectar su salud física. Teniendo en cuenta que los trastornos mentales pueden aumentar el riesgo de que aparezcan o se potencien problemas de salud física.

Si las personas no tienen la capacidad de desenvolverse adecuadamente en el entorno y la sociedad, es a causa de que no convive sanamente y por ende se limitan las oportunidades y desarrollo y crecimiento tanto personal como profesional. La convivencia saludable nos facilita el vivir armonía y tranquilidad con los demás. Este proceso se logra día a día durante la vida del ser humano, con la influencia que tienen los grupos sociales en los seres humanos debido a que las personas pueden fortalecer la capacidad de tener una convivencia que no solo sea social si no social y se caracteriza por toda la influencia que tienen los grupos sociales en los individuos, es debido a esto que las personas pueden tener una convivencia, no solo social, también sana.

La dimensión de convivencia social y salud mental realiza actividades en el marco de la ejecución del plan de intervenciones de salud pública y van direccionadas promocionar la salud mental y prevenir las enfermedades de salud mental, para ellos se efectúan dos encuentros psicoeducativos, con la finalidad de socializar todo lo relacionado con el tema y así concientizar a la comunidad sobre las afectaciones de salud mental, como se deben prevenir y como lograr una sana convivencia son las personas que conforman nuestro entorno.

3. OBJETIVOS

3.1 objetivo general

Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

3.2 objetivos específicos

- Socializar el concepto de salud mental y sana convivencia.
- Incentivar a la comunidad del municipio de Manaure a mantener una sana convivencia.
- Reconocer las características de salud mental y sana convivencia.
- Conocer la importancia y beneficios de una buena salud mental y sana convivencia.

4. METODOLOGIA

El autocuidado de la salud mental es el punto de partida para una vida estable, en el cual el individuo se encuentra en la capacidad de tomar decisiones asertivas, mantener el control de las emociones sin importar la situación a la que se exponga, sea capaz de reconocer cuándo algo definitivamente está fallando y así mismo de buscar ayuda que se requiere.

El cuidado que le demos nosotros mismo a nuestra salud mental, puede ayudarle a controlar el estrés, disminuir su riesgo de contraer enfermedades y aumentar su nivel de energía. Hasta algunas acciones pequeñas para dedicar un poco de tiempo a sí mismo en la vida diaria pueden generar un gran impacto.

Resulta imprescindible vivir en sana convivencia teniendo en cuenta que posibilita vivir desde los valores y además desarrollarnos como personas, permitiéndonos la convivencia con los demás, sin importar las diferencias que se encuentren presentes que nos da la facultad de expresarnos con los demás, de dialogar y que seamos capaces de resolver cualquier inconformidad y convivir.

que puedan existir que hace posible que nos expresemos con los demás, dialoguemos, podamos resolver cualquier tipo de diferencia y trabajar. A través de la sana convivencia damos a conocer cuáles son nuestros valores y costumbres, ya que el comportamiento es la mejor carta de presentación. Generalmente, la sana convivencia permite que vivamos sin necesidad de que exista la violencia, sino que esta es suplantada por la solidaridad. Por esta razón desde la dimensión se realizan intervenciones, jornadas de psicoeducación que buscan mejorar la una buena salud mental y la sana convivencia de esta manera se puede lograr que las personas tengan y respeto hacia aquellos que se encuentran en el entorno, contribuir al dialogo y evitar la violencia.

INFORME DE EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES, INTERVENCIONES, PROCEDIMIENTOS DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS DEPARTAMENTAL, VIGENCIA 2022

MUNICIPIO	**MANAURE**
IPSI	**AYUULEEPALA**
PERIODO INFORMADO	

EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES

I. ITEMS DE VERIFICACIÓN TÉCNICA:

1. **Actividad ejecutada**:

Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

1.1. Nombre de la intervención, procedimiento, actividad a la cual pertenece la actividad acorde a anexo técnico Resolución 518 de 2015:

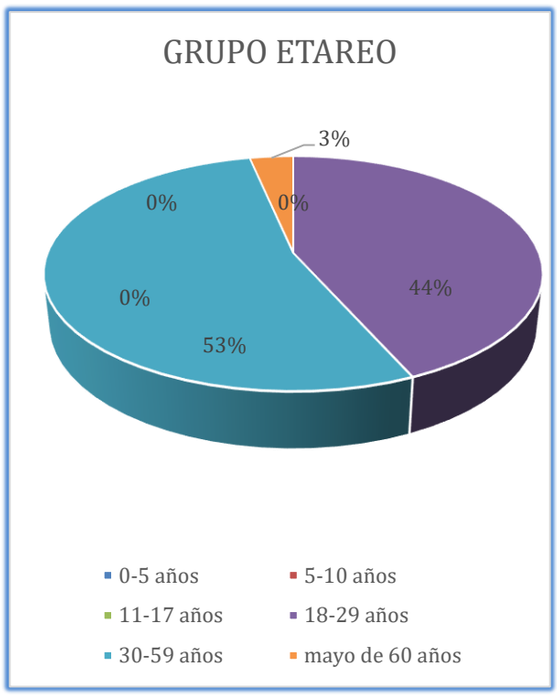
Dimensión: Convivencia Social y Salud Metal

Nombre de la actividad: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

Línea operativa: Promoción de la salud

a. Categoría Operativa PDSP: PIC - Educación y comunicación para la salud

1.2. Población Objeto beneficiada con la actividad: La distribución porcentual corresponderá a los totales por enfoque, descritos a continuación. Con una población total 60 jóvenes y adultos en la zona Santa Rosa, Microterritorio Ishashimana (Zona rural) y el Barrio 10 de marzo (zona urbana) del municipio de Manaure en la actividad Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.



:

Grafica No.1

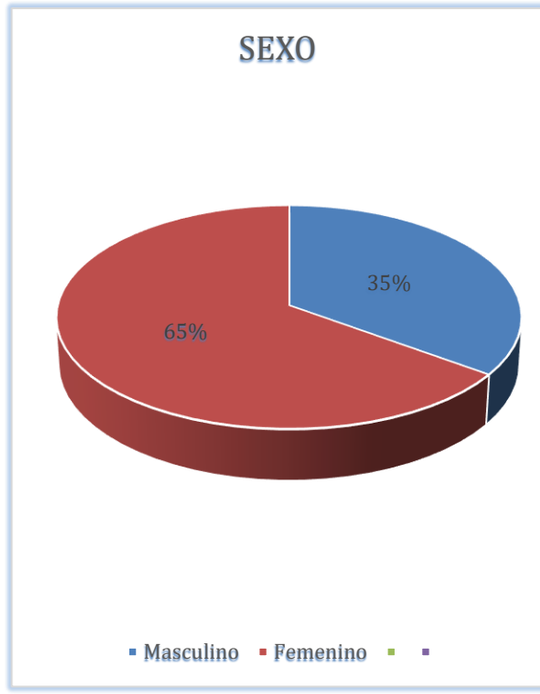
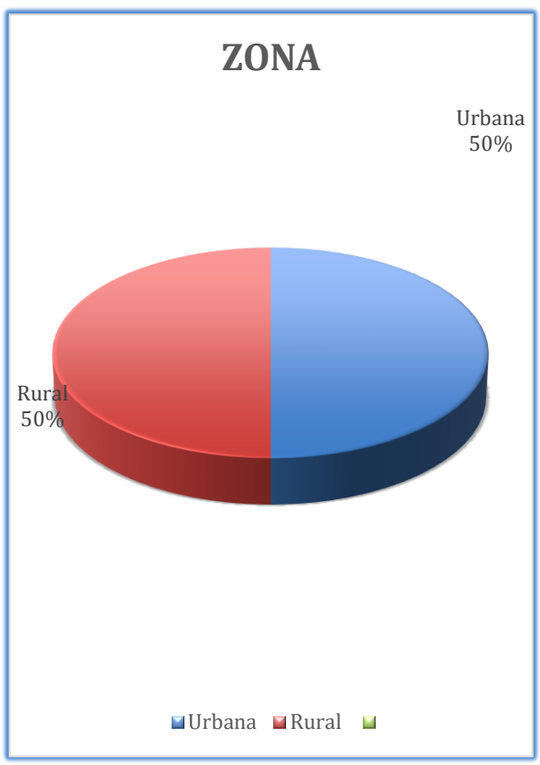
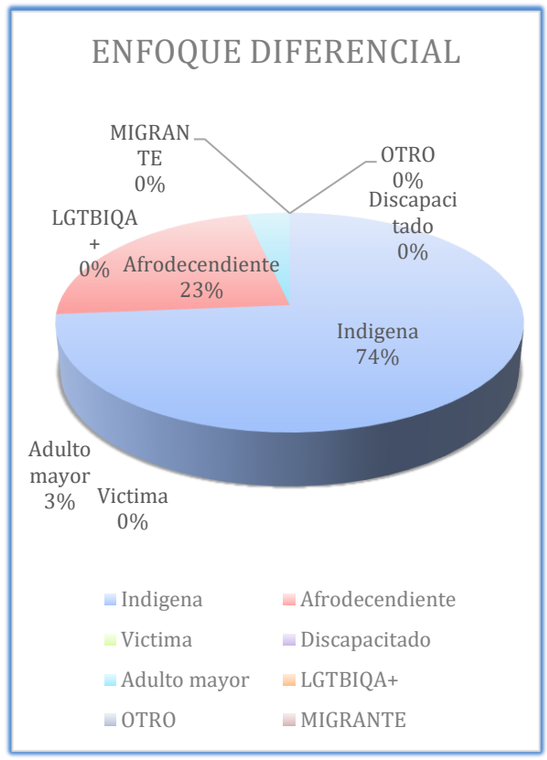


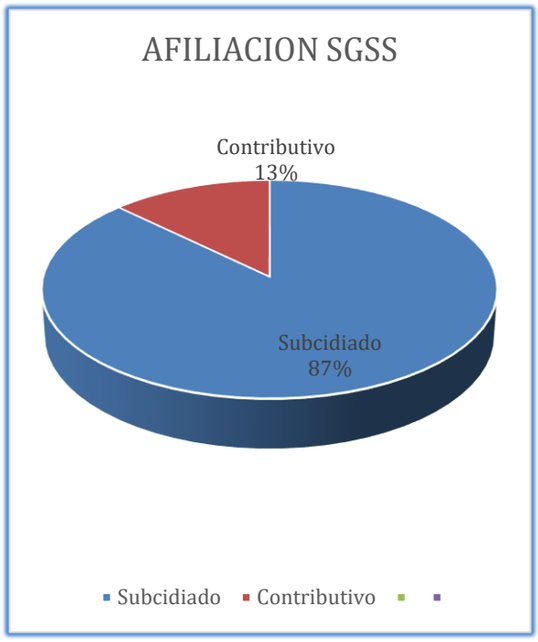
Grafico No. 2

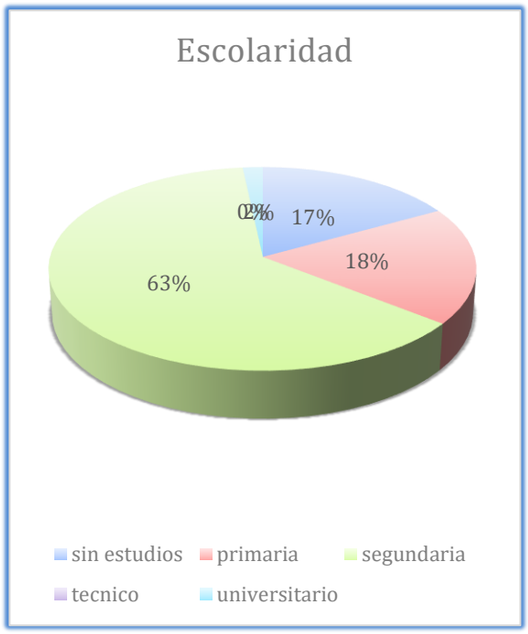


Grafica No. 3



Grafica No. 4





Grafica No. 5

Grafica No. 6

En la ejecución de la actividad: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio se puede evidenciar que:

En la gráfica **Nº 1** se observa que el grupo etario de 29-59 años alcanzó una participación del 53%, y de 17 a 29 años el 44%.

En la representación gráfica **Nº 2**, se detalla que la población femenina tuvo una participación de un 65% y la población masculina, de un 35%.

En la gráfica **Nº 3** se observa que en cuanto a la zona intervenida el porcentaje correspondió a fue 50% de participantes de la zona urbana y de igual manera 50% de la zona rural.

En la gráfica **Nº 4** la población indígena tuvo una participación de 74% y la afrodescendiente un 23%. Y 3% correspondió a la población adulta mayor.

La gráfica **Nº 5** arroja que en cuanto a la afiliación SGSS el 87% de la población corresponde tiene aseguramiento subsidiado y el 13% restante contributivo.

La grafica **N°6.** Evidencia que en relación a la escolaridad 63% de los estudiantes están en la etapa escolar segundaria, el18 esta o alcanzó hasta los grados de la primaria y el 17% no tiene estudios.

Fuente: Listados de asistencia

1.1. Perfil humano que desarrollo la actividad: 1 profesional en Psicología

1.2. Insumos utilizados en el desarrollo de la actividad:

- Perifoneo
- Banner
- Diseño y publicidad en redes sociales
- Papelería e insumos de oficina (Formatos, Huelleros, Lapiceros, Tablillas, etc.)
- Pendones
- Sillas

1.3. Describa a modo de informe ejecutivo los aspectos más relevantes a resaltar en el desarrollo de la intervención (hallazgos, dificultades):

Este informe fue planteado y desarrollado posterior al desarrollo de dos encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

Con el fin de realizar el primer encuentro, se realiza reunión con la líder de la comunidad ishashimana, de la zona Santa Rosa (zona Rural de Manaure), la señora RITA URIANA. El día 9 de agosto siendo las 2:00 pm, se le entregó formalmente el oficio de articulación para ejecución de esta actividad, en este sentido dentro de los compromisos, se acordó que la actividad tendría lugar el día 17 de agosto a las 3 de la tarde en la enramada principal, por otro lado, la líder de la comunidad se comprometió a que brindaría apoyo para convocar a la comunidad para que se parte de esta actividad.

El segundo encuentro comunitario psicoeducativo se realizó en la zona urbana en el barrio 10 de marzo, para ello procede a hacer reunión y entrega de oficio para articulación de la ejecución de esta actividad a la presidente de la junta de acción comunal; Karen Sánchez, se acuerda el cumplimiento de la actividad para el día 23 de agosto del 2023 en el entorno comunitario alas de la tarde. Siendo así la líder del barrio se responsabiliza a realizar la invitación a cada uno de los habitantes del 10 de marzo para que participen y sean bonificados de este frutífero encuentro.

Una vez establecidos los anteriores acuerdos se realiza convocatoria por escrito a la red de salud mental, en estes caso a los psicólogos de las IPS, EPS y la ESE Hospital

Armando Pabón López, y así mismo por medio de las redes sociales se convocó a los jóvenes y adultos del municipio de Manaure con toda la información del encuentro psicoeducativo comunitario sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia para que hicieran parte de él.

La referente de la dimensión de convivencia social y salud mental; la psicóloga, Daniela pimienta llevó a cabo el desarrollo de los dos encuentros en las horas, días y lugares establecidos exponiendo los conceptos, compartiendo herramientas, los factores de riesgo y protectores, pero sobre todo cada uno de los beneficios de cuidar nuestra la salud mental y fortalecer en la comunidad en general la sana convivencia en cada uno de los entornos en los cuales nos desenvolvemos permanentemente.

II. ITEMS FINANCIEROS

RUBRO EJECUTADO	**DESCRIPCIÓN** (cantidad, perfil, descripción del gasto)	**VALOR EJECUTADO**
TALENTO HUMANO		
TRANSPORTE		
INSUMOS		
OTROS		
VALOR TOTAL EJECUTADO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD		

MEDIOS DECOMUNICACIÓN

MEDIOS DE COMUNICACIÓN	DISPONIBILIDAD		NOMBRE DEL MEDIO DE COMUNICACIÓN	OBSERVACIONES
	SI	NO		
Perifoneo	X		Emisora Iguaraya Stereo	Se ha percibido que el medio de comunicación radial es bastante influyente en el municipio de Manaure con relación a la transmisión de la información, esto debido a la dispersión del municipio pues resulta más fácil la recepción de la información, tenido en cuenta que se puede llegar el mensaje las diferentes comunidades indígenas wayuu en vista que no cuentan con otro medio masivo de información Esta difusión se realizará en todos los barrios del municipio.
Televisión (Canal local)		X		No existen canales de televisión local en el municipio de Manaure.
Impresos (Periódico/Revista)		X		Manaure no dispone de medios de comunicación impresos propios, de igual manera en tipografías de la capital del municipio se imprimieron folletos y fichas con recomendaciones para el desarrollo de la actividad.
Medios Digitales (Redes Sociales)	X		Redes sociales de la IPS-IAYUULEPALA (Instagram y Facebook)	En el perímetro urbano del municipio, hay algunos puntos con acceso gratuito a las zonas Wi-fi del Ministerio de las TIC, de igual manera cuentan con Wi-Fi subsidiado. De esta forma garantizada la difusión de los contenidos de forma oportuna a través de medios digitales como redes sociales, fortaleciendo la trasmisión de la información.

La anterior caracterización evidencia que en el municipio de Manaure – La Guajira, hay distintos medios de comunicación a través de los cuales es posible la emisión de mensajes, que alcancen oportunamente a los habitantes, familias y comunidades, de esta manera los medios de comunicación radial, por medio de perifoneos y programas en vivo

resultan ser los más efectivos, dado que los mensajes informativos pueden transmitirse en español y traducidos a la lengua nativa Wayuunaiki

Así entonces, la ejecución del plan de medios llevó a alcanzar el cumplimiento de los encuentros comunitarios psicoeducativos dirigidos a jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia.

<table>
<tr><th colspan="2">PLAN DE MEDIOS</th></tr>
<tr><td colspan="2">ACTIVIDAD: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Teniendo en cuenta la caracterización de los medios de comunicación locales y el análisis del entorno sociocultural del Municipio de Manaure, se establecieron los siguientes medios de información:</td></tr>
<tr><td rowspan="12">ESTRATEGÍAS EFECTIVAS</td><td>Perifoneo:</td></tr>
<tr><td>Mensajes informativos a través de perifoneo para transmitir la información.</td></tr>
<tr><td>Lenguaje: español.</td></tr>
<tr><td>Cobertura: Zona Urbana y Rural.</td></tr>
<tr><td>Frecuencia: 4 horas en el área urbana, 5 horas en el área rural</td></tr>
<tr><td>Pendón:</td></tr>
<tr><td>Para las actividades de información en salud, se diseñaron pendones informativos.</td></tr>
<tr><td>Material informativo escrito:</td></tr>
<tr><td>Se recolectó, plasmó e imprimió información para realizar actividades de información y educación en salud de formas presenciales.</td></tr>
<tr><td>Plantillas en redes sociales:</td></tr>
<tr><td>Se diseñaron plantillas, para transmitir la información a través de redes sociales, tales como Facebook e Instagram.</td></tr>
<tr><td>Frecuencia:</td></tr>
<tr><td>Lenguaje: español</td></tr>
<tr><td>Video Click:</td></tr>
<tr><td>Se podrán realizar videos de las actividades, de los participantes de las mismas, para evidenciar el proceso y la aceptación.</td></tr>
</table>

LIBRETOS DE PERIFONEO

	ACTIVIDAD	LIBRETO N º 1
1	Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.	Se invita a los jóvenes y adultos del municipio de Manaure a un encuentro comunitario psicoeducativo que se realizará el día 17 de agosto a las 3 de la tarde en la comunidad ishashimana sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia. Recuerda que a salud mental se trata de mantener nuestro bienestar, tener estabilidad y una buena conexión tanto con nosotros mismo con las demás personas que nos rodean y con quienes interactuamos en distintos espacios. UN MENSAJE DE LA GOBERNACIÓN DE LA GUAJIRA, LA SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL, LA IPSI AYUULEEPALA, EN EL MARCO DE LAS ACCIONES DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PSPIC DEPARTAMENTAL EN EL MUNICIPIO DE MANUARE
	ACTIVIDAD	**LIBRETO N ° 2**
2	Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.	Muchas veces, no nos detenemos a pensar en lo importante que es tener una buena salud mental. Esto hace que no nos preocupemos por ella y que no la cuidemos como es debido, es por ello que se te extiende la invitación a un encuentro comunitario psicoeducativo sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia. El evento se llevará a cabo el día 23 de agosto a las 3 de la tarde en el barrio 10 de marzo (Techo verde). Cuidar de nuestra mente no se trata negar emociones como la tristeza, el miedo y la ira, sino de aprender a controlar de forma adecuada los pensamientos y emociones a día a día. UN MENSAJE DE LA GOBERNACIÓN DE LA GUAJIRA, LA SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL, LA IPSI AYUULEEPALA, EN EL MARCO DE LAS ACCIONES DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PSPIC DEPARTAMENTAL EN EL MUNICIPIO DE MANUARE

DISEÑO DEPLANTILLA PARA REDES SOCIALES

	ACTIVIDAD	DISEÑO DE PLANTILLA
1	Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.	
	ACTIVIDAD	**DISEÑO DE PLANTILLA**
2	Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.	

ACTA

Acta No. 1	Fecha: 8-15 de agosto del 2023

Departamento: La Guajira	**Municipio:** Manaure	
Lugar: Zona Santa Rosa, Microterritorio Ishashimana (Zona Rural) - 10 de marzo (Zona Urbana).	**Hora de Inicio:** 3:00 PM	**Hora de Finalización:** 6:10 PM
Dimensión / Dependencia: Convivencia Social Y salud mental.		
Objetivo: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.		
Responsable(s): Psicóloga. DANIELA PIMIENTA DÍAZ.		

Componente:

1. Asistencia tecnica [1] ☐
   Capacitación ☐
   Acompañamiento y Cooperación Técnica
   Asesoría ☐

2. Reunión[2] ☐

3. ¿Otro ☐ Cuál? Planeación de la actividad

Asistentes: Se anexa Lista de asistencia

Orden del día - Puntos a tratar:

1. Organización y búsqueda de los microterritorios
2. Bienvenida
3. Presentación del equipo PIC
4. Socialización de la temática
5. Compromisos.

Desarrollo:

[1] Asistencia técnica: defina qué tipo de asistencia técnica realizo: Proceso de capacitación, asesoría y acompañamiento.
[2] Reunión: defina qué tipo de reunión Realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacía, socialización, etc.

Para el Desarrollo de esta actividad, como primera medida se realizó reunión con la coordinadora Pic el día 8 de agosto a las 3 de la tarde, con el fin de establecer los lugares adecuados para efectuar los encuentros comunitarios. De acuerdo con la información recibida sobre los microterritorios priorizados del municipio de Manaure, por parte de la secretaría de salud departamental, se identificó y se concluyó que la Zona Santa Rosa - Microterritorio Ishashimana y El barrio 10 de marzo de la Zona Urbana son comunidades donde es pertinente realizar estos encuentros psicoeducativos.

Por lo anterior el día 9 de agosto el equipo PIC en representación de la coordinadora, la referente de la dimensión de convivencia social y salud mental, y un auxiliar hablante de la lengua Wayuunaiki, se trasladan a la zona santa rosa, Microterritorio ishashimana. Siendo las 2 de la tarde, nos recibe una de las lideres de la comunidad (Rita Uriana), pues la autoridad se encuentra atravesando una calamidad familiar, se procede a socializarle el objetivo de la actividad, se le comunico, que es de gran relevancia la realización de este tipo actividades, pues aportaríamos a la sana convivencia de la comunidad, generando un ambiente de paz y respeto, de igual manera es importante que los miembros de la comunidad cuiden su salud mental para evitar factores de riesgos en ellos. Todo lo anterior fue traducido al Wayuunaiki por la auxiliar wayuu, Catalina Uriana, teniendo en cuenta que esta es la primera lengua de los miembros de comunidad y se quiere transmitir el mensaje de manera adecuada. La señora Rita confirma que si es necesaria la intervención del equipo Pic a los adultos y jóvenes de la comunidad. Por lo cual acepta y permite que se desarrolle la jornada en la comunidad que ella lidera, se establece que se realice el 17 de agosto del presente año a las 3 de la tarde.

Este mismo día al marcar las 4:40 de la tarde el equipo (coordinadora Pic, Referente de la dimensión de convivencia social y salud mental y auxiliar wayuu) se desplazan hacia el barrio 10 de marzo, a la residencia de la señora Karen Sánchez, quien es la presiente de la junta de acción comunal del barrio. Recibe al equipo e inmediatamente se le comunica a la líder la intención de la visita, se expresa que se quiere realizar un encuentro comunitario psicoeducativo para jóvenes y adultos sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia. Se le explica que tener una buena salud mental mejora la calidad de vida, fortalece el afrontamiento adecuado de las situaciones difíciles, mejora el autoconcepto, entre otros beneficios.
La líder acepto cordialmente que se realice el encuentro en el barrio, manifestó estar de acuerdo con estos espacios para el cuidado de la salud mental de la comunidad.

En este sentido se acordó que la actividad se estaría realizando el día 23 de agosto y que iniciaría a las 3 de la tarde y terminaría a las 6 de la tarde.

Una vez identificado y concertado con los lideres de los micro territorios, obteniendo fecha y hora para el desarrollo del encuentro comunitario psicoeducativo para jóvenes y adultos sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, se realiza convocatoria a la red de salud mental (Psicólogos Ipsi Ayuuleepala, Ipsi Kottushi, Ipsi Anowta, Ipsi Anashiwayaa, Ipsi Cid Salud, Fundación Ips vida con amor, ESE Hospital Armando Pabón López, Nueve Eps, Eps Dusakawi y Eps Familiar de Colombia). En el cual se resalta la importancia de su participación y asistencia como red de salud mental, teniendo en cuenta que la actividad busca educar a los jóvenes y adultos en los temas antes mencionados con la finalidad que manejen una salud mental adecuada y convivan sanamente.

Para finalizar la preparación de la actividad, se preparará un libreto informativo para cada encuentro comunitario con todos los detalles del evento y la relevancia del tema, se hace gestión radial para grabación y reproducción de perifoneos y cuñas radiales en la emisora local Iguaraya Stereo, para que sea reproducido durante 8 días dos veces al día.

De esta manera queda lista la preparación para la fecha y hora establecida para efectuar los dos encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia en la zona rural y urbana del municipio de Manaure.

Compromisos:

ITEM	COMPROMISOS	NOMBRE DEL RESPONSABLE	ENTIDAD	CARGO	FECHA DE CUMPLIMIENTO
1	Invitar a los habitantes de la comunidad a participar en los encuentros	Rita uriana Karen Uriana	Plan de salud pública de intervenciones colectivas departamental	Lideres de los microterritorios	9- 23 de agosto
2	Dar cumplimiento al desarrollo de los encuentros los días 17 y 23 de agosto a las 3 de la tarde.	Daniela Pimienta Diaz	Plan de salud pública de intervenciones colectivas departamental	Prof. Dimensión convivencia social y salud mental	17 y 23 de agosto
3	Asistir a los encuentros programados	Miembros de la comunidad	Plan de salud pública de intervenciones colectivas departamento	Habitantes de los microterritorios	Proceso Continuo

Daniela Pimienta

_____

Daniela Pimienta Diaz

Profesional en psicología

Ref. Convivencia Social y Salud Mental

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
ACTIVIDAD: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.



Evidencia de reunión con coordinadora PIC para preparación de la actividad.

Oficio enviado a líder o a autoridad de la comunidad ishashimana

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Manaure 9 de agosto de 2023.

DE: IPSI AYUULEEPALA operador del Plan de intervenciones colectivas PIC, Departamental en el municipio de Manaure la Guajira.

PARA: AUTORIDAD DE LA CAMUNIDAD DEL MUNICIPIO DE MANAURE. ZONA SANTA ROSA – MICROTERRITORIO ISHASHIMANA.

ASUNTO: ARTICULACIÓN PARA EL DESARROLLO DE ENCUENTRO COMUNITARIO PSICOEDUCATIVO.

En el marco de la ejecución de las actividades procedimientos e intervenciones de salud pública colectivas -PIC – en convenio suscrito con el Departamento de la Guajira, desde La dimensión de convivencia social y salud mental, se efectuará una jornada de información en salud sobre:

Cuidado de la Salud Mental y la Sana Convivencia

El evento tendrá participación de profesionales expertos en el tema para que los jóvenes y adultos puedan informarse y aclaras sus dudas e inquietudes al respecto.

Es importante la disposición de ustedes como autoridades de la comunidad que esta bajo se dirección, ya que la actividad busca educar a los jóvenes y adultos en los temas antes mencionados para que ellos tengan una salud mental adecuada y convivan sanamente.

Lugar: Entorno comunitario.

Fecha: 17 de agosto del 2023

Hora: 3:00 PM

Agradeciendo de antemano su valiosa participación.

Atentamente,

Recibí:
Rita Uriana C
9-8-2023

ROSA ROSADO
Coordinador PIC Departamental Manaure.

Escaneado con CamScanner

CS Escaneado con CamScanner

Unidos por el Cambio

LISTADO DE ASISTENCIA

Secretaría de Salud IPSI AYUULEEPALA

Componente:	**Capacitación**	**Acompañamiento**	**Asesoría**	**Otros[1] x**	**Cual?** Reunion de articulacion

Dirigida por: Daniela pimienta

Objetivo/ Tema:
Articulación Encuentro Psicoeducativo Sobre Cuidado de la salud Mental y la Sana Convivencia

Fecha: 9-7-2023 **Hora de Inicio:** 2:00 pm **Hora de Finalización:** 3:00 pm

N°	NOMBRE Y APELLIDOS	MUNICIPIO	ENTIDAD	CARGO	DEPENDENCIA	CELULAR	EMAIL	FIRMA
1	Rita Ulianeth	manaure	pic	lider	comunitaria	3154144275	no	Rita Ulianeth
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								

[1] Reunión: Defina qué tipo de reunión realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacía, socialización, etc.

Version: Mayo 2017

Asistencia Reunión de articulación con líder la comunidad Ishashimana.

Unidos por el Cambio

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD
DEPARTAMENTAL

IPSI AYUULEEPALA
Prestamos Servicios de Salud con Sentido Social

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
ACTIVIDAD: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.



Evidencia de entrega de oficio y reunión de articulación con líder del Microterritorio de ishashimana.

Oficio enviado a la presidenta de acción comunal barrio 10 de Marzo

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Manaure 9 de agosto de 2023.

DE: IPSI AYUULEEPALA operador del Plan de intervenciones colectivas PIC, Departamental en el municipio de Manaure la Guajira.

PARA: KAREN ZANCHES
PRESIDENTE JUNTA DE ACCIÓN COMUNAL, BARRIO 10 DE MARZO

ASUNTO: ARTICULACIÓN PARA EL DESARROLLO DE ENCUENTRO COMUNITARIO PSICOEDUCATIVO.

En el marco de la ejecución de las actividades procedimientos e intervenciones de salud pública colectivas -PIC – en convenio suscrito con el Departamento de la Guajira, desde La dimensión de convivencia social y salud mental, se efectuará una jornada de información en salud sobre:

Cuidado de la Salud Mental y la Sana Convivencia

El evento tendrá participación de profesionales expertos en el tema para que los jóvenes y adultos puedan informarse y aclaras sus dudas e inquietudes al respecto.

Es importante la disposición de ustedes como autoridades de la comunidad que esta bajo se dirección, ya que la actividad busca educar a los jóvenes y adultos en los temas antes mencionados para que ellos tengan una salud mental adecuada y convivan sanamente.

Lugar: Barrio 10 de marzo.

Fecha: 23 de agosto del 2023

Hora: 3:00 PM

Agradeciendo de antemano su valiosa participación.

Atentamente,

ROSA ROSADO
Coordinador PIC Departamental Manaure.

Recibí
Karen sanchez
9-08-2023

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS "PIC" DEPARTAMENTAL

Escaneado con CamScanner

Escaneado con CamScanner

Unidos por el Cambio

LISTADO DE ASISTENCIA

Secretaría de Salud

PSI AYUULEEPALA

Componente:	**Capacitación**	**Acompañamiento**	**Asesoría**	**Otros[1]** x	**Cual?** Reunión de Articulación

Dirigida por: Daniela Pimienta

Objetivo/ Tema: Encuentro Comunitario Psicoeducativo Sobre la Salud mental y la Sana Convivencia

Fecha: 9 de Agosto 2023 **Hora de Inicio:** 5:00 pm **Hora de Finalización:** 6:00 Pm

N°	NOMBRE Y APELLIDOS	MUNICIPIO	ENTIDAD	CARGO	DEPENDENCIA	CELULAR	EMAIL	FIRMA
1	Karen Sanchez	maicao	PIC	Presidente barrio	Comunitaria	3175928457	jacinto[illegible]@gmail.com	Karen Sanchez
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								

[1] Reunión: Defina qué tipo de reunión realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacía, socialización, etc.

Version: Mayo 2017

Asistencia Reunión de articulación con líder la comunidad Ishashimana.

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD
DEPARTAMENTAL

Unidos por el Cambio

PSI AYUULEEPALA
Prestamos Servicios de Salud con Sentido Social

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
ACTIVIDAD: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.



Evidencia de entrega de oficio y reunión de articulación con la presidente del barrio 10 de marzo.

Convocatoria a red de salud mental para encuentro en comunidad ishashimana.

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
PLAN DE INTERVENCIONES
COLECTIVAS

Manaure, La Guajira 10 de Agosto del 2023

Para: PSICOLOGOS IPSI, AYUULEEPALA, IPSI ANASHIWAYAA, KOTTUSHI SAO ANAA, FUNDACIÓN IPS CON AMOR, IPSI ANOUTA WAKUAIPA, IPSI CID SALUD, ESE HOSPITAL ARMANDO PABON LOPEZ, NUEVA EPS, DUSAKAWI EPS, ANAS WAYUU, FAMILIAR DE COLOMBIA, CAJACOPI.

ASUNTO: CONVOCATORIA PARA ENCUENTRO COMUNITARIO PSICOEDUCATIVO.

Cordial saludos.

En el marco de la ejecución de las actividades, procedimientos e intervenciones de salud pública de intervenciones de Intervenciones Colectivas – PIC- en convenio suscrito con el departamento de la Guajira invita, desde la dimensión de Convivencia Social y Salud Mental, se llevará un encuentro comunitario sobre:

Cuidado de la Salud Mental y la sana convivencia

Es importante la participación de ustedes como red de salud mental, teniendo en cuenta que la actividad busca educar a los jóvenes y adultos en los temas antes mencionados, con la finalidad de que manejen una salud mental adecuada y convivan sanamente.

Lugar: Comunidad Ishashimana

Dia: 17 de Agosto de 2023

Hora: 3:00 pm

Agradeciendo de antemano su valiosa participación

Atentamente

ROSA ROSADO
Coordinador PIC Departamental Manaure.

Escaneado con CamScanner

Convocatoria a red de salud mental para encuentro en el barrio 10 marzo.

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Manaure, La Guajira 10 de Agosto del 2023

Para: PSICOLOGOS IPSI, AYUULEEPALA, IPSI ANASHIWAYAA, KOTTUSHI SAO ANAA, FUNDACIÓN IPS CON AMOR, IPSI ANOUTA WAKUAIPA, IPSI CID SALUD, ESE HOSPITAL ARMANDO PABON LOPEZ, NUEVA EPS, DUSAKAWI EPS, ANAS WAYUU, FAMILIAR DE COLOMBIA, CAJACOPI.

ASUNTO: CONVOCATORIA PARA ENCUENTRO COMUNITARIO PSICOEDUCATIVO.

Cordial saludos.

En el marco de la ejecución de las actividades, procedimientos e intervenciones de salud pública de intervenciones de Intervenciones Colectivas – PIC- en convenio suscrito con el departamento de la Guajira invita, desde la dimensión de Convivencia Social y Salud Mental, se llevará un encuentro comunitario sobre:

Cuidado de la Salud Mental y la sana convivencia

Es importante la participación de ustedes como red de salud mental, teniendo en cuenta que la actividad busca educar a los jóvenes y adultos en los temas antes mencionados, con la finalidad de que manejen una salud mental adecuada y convivan sanamente.

Lugar: Barrio 10 de Marzo

Dia: 23 de Agosto de 2023

Hora: 3:00 pm

Agradeciendo de antemano su valiosa participación

Atentamente

ROSA ROSADO
Coordinador PIC Departamental Manaure.

Escaneado con CamScanner

Recibido de Oficios de convocatoria.

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD
DEPARTAMENTAL

NOMBRE DE LA INSTITUCION	NOMBRE DE QUIEN RECIBE	FECHA	HORA
AMSS WAYUU EPSI-MANAURE	ANTONIO EPIEYU	10-08-2023	2:08-pm
ANCETA WAYUU IPS	Reyes Murillo	10-08-2023	2:20 PM
IPS KOTTOSHI	Dailis Uriana	10-08-2023	3:38 PM
H.A.P.I.	Gweisal	10/08/2023	3:48 pm
ANASHI WAYUU IPS	Mauuzu C	10/8/2023	4:02 PM
EIPSI Ayuuleepala	Alejandro Epieyu	10-08-2023	4:37 pm

CS Escaneado con CamScanner

Certificado de perifoneo y cuña radial para encuentro en la comunidad ishashimana.

LA EMISORA
IGUARAYA STEREO
LA VERDADERA VOZ DEL PUEBLO
93.5 F.M.

CERTIFICA:

Que para el cumplimiento a la contratación de las actividades, procedimientos e intervenciones del Plan de Salud Pública de Intervenciones Colectivas – PSPIC del Departamento de la Guajira en el municipio de Manaure, para **Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos de los 15 municipios de La Guajira sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio**, desde la dimensión Convivencia Social y Salud Mental. Esta actividad se emitió a través de perifoneo y cuña radial, adaptado a la cultura del territorio, en el Municipio de Manaure, con las siguientes características.

Mensaje:

Se invita a los jóvenes y adultos del municipio de Manaure a un encuentro comunitario psicoeducativo que se realizará el día 17 de agosto a las 3 de la tarde en la comunidad ishashimana sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia.

Recuerda que la salud mental se trata de mantener nuestro bienestar, tener estabilidad y una buena conexión tanto con nosotros mismo con las demás personas que nos rodean y con quienes interactuamos en distintos espacios.

ES UN MENSAJE DE LA GOBERNACIÓN DE LA GUAJIRA, LA SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL, LA IPSI AYUULEEPALA, EN EL MARCO DE LAS ACCIONES DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PSPIC DEPARTAMENTAL EN EL MUNICIPIO DE MANUARE.

- Tipo de Mensaje: Perifoneo
- Lengua: español traducido al Wayunaiki
- Frecuencia: 1 hora
- No. De días: 4 días
- Mes: del 24 al 27 de Julio de 2023
- Cobertura: Zona Urbana y Rural del municipio de Manaure.

EXEQUIEL MOREW VILLA
C.C. 17.858.519

Carrera 5 No.9-48 Barrio 4 vientos TELEFONO: 304-5601882
MANAURE - GUAJIRA

Certificado de perifoneo y cuña radial para encuentro en el barrio 10 de marzo

LA EMISORA
IGUARAYA STEREO
LA VERDADERA VOZ DEL PUEBLO
93.5 F.M.

CERTIFICA:

Que para el cumplimiento a la contratación de las actividades, procedimientos e intervenciones del Plan de Salud Pública de Intervenciones Colectivas – PSPIC del Departamento de la Guajira en el municipio de Manaure, para **Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos de los 15 municipios de La Guajira sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio**, desde la dimensión Convivencia Social y Salud Mental. Esta actividad se emitió a través de perifoneo y cuña radial, adaptado a la cultura del territorio, en el Municipio de Manaure, con las siguientes características:

Mensaje:

Muchas veces, no nos detenemos a pensar en lo importante que es tener una buena salud mental. Esto hace que no nos preocupemos por ella y que no la cuidemos como es debido, es por ello que se extiende la invitación a un encuentro comunitario psicoeducativo sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia. El evento se llevará a cabo el día 23 de agosto a las 3 de la tarde en el barrio 10 de marzo (Techo verde).

Cuidar de nuestra mente no se trata de negar emociones como la tristeza, el miedo y la ira, si no de aprender a controlar de forma adecuada los pensamientos y emociones a día a día.

ES UN MENSAJE DE LA GOBERNACIÓN DE LA GUAJIRA, LA SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL, LA IPSI AYUULEEPALA, EN EL MARCO DE LAS ACCIONES DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PSPIC DEPARTAMENTAL EN EL MUNICIPIO DE MANUARE

- Tipo de Mensaje: Perifoneo
- Lengua: español traducido al Wayunaiki
- Frecuencia: 1 hora
- No. De días: 4 días
- Mes: del 24 al 27 de Julio de 2023
- Cobertura: Zona Urbana y Rural del municipio de Manaure.

EXEQUIEL MOREW VILLA
C.C. 17.858.519

Carrera 5 No.9-48 Barrio 4 vientos TELEFONO: 304-5601882
MANAURE - GUAJIRA

ACTA

Acta No. 2	**Fecha: 17/08/2023**

Departamento: La Guajira	**Municipio:** Manaure	
Lugar: Zona Santa Rosa, Microterritorio Ishashimana (Zona Rural)	**Hora de Inicio:** 3:00 PM	**Hora de Finalización:** 6:10 PM
Dimensión / Dependencia: Convivencia Social Y salud mental		
Objetivo: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.		
Responsable(s): Psicóloga. DANIELA PIMIENTA DÍAZ		

Componente:

4. Asistencia tecnica [3] ☐
   Capacitación ☐
   Acompañamiento y Cooperación Técnica
   Asesoría ☐

5. Reunión[4] ☐
6. ¿Otro ☐ Cuál? Información en salud

Asistentes: Se anexa Lista de asistencia

Orden del día - Puntos a tratar:

1. Bienvenida
2. Presentación del profesional a cargo
3. Oración de gracias a Dios
4. Socialización de la temática
5. Preguntas
6. Conclusiones
7. Compromisos

[3] Asistencia técnica: defina qué tipo de asistencia técnica realizo: Proceso de capacitación, asesoría y acompañamiento.
[4] Reunión: defina qué tipo de reunión Realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacía, socialización, etc.

Desarrollo:

El 17 de Agosto del año 2023, se concentraron los habitantes de la comunidad de Ishashimana, quienes fueron convocados mediante la líder de la comunitaria Rita Uriana, con quien se realizó reunión de articulación para desarrollar un encuentro comunitario psicoeducativo sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia dirigido a los jóvenes y adultos del municipio de Manaure, teniendo en cuenta que su ejecución hace parte de las acciones contenidas en el plan de salud pública de intervenciones colectivas de Salud pública de Intervenciones Colectivas Departamental, el cual opera actualmente en conjunto con la IPSI AYUULEEPALA, en su dimensión de Convivencia Social y Salud Mental

Se apertura el encuentro, con una amable y respetuosa bienvenida a los jóvenes y adultos, agradeciéndoles por su valiosa presencia en este día, y por recibirnos con tanto entusiasmo en su comunidad, la Psicóloga Daniela Pimienta, se presenta y expresa que el objetivo de este espacio es incentivar a la comunidad a cuidar su salud mental y a vivir en sana convivencia.
Así mismo se eleva una oración de agradecimiento a Dios por permitir la realización de este ejercicio y se agradece además por la vida de cada una de las personas asistentes.
Posteriormente, la psicóloga expone que la salud mental son los pensamientos, ideas, emociones
actitudes. Y que tiene que ver con crear condiciones favorables para la tranquilidad y con el bienestar mental.

Se entrega a los asistentes folletos con información pertinente para que vayan asimilándola a medida que se desarrolla el encuentro, se inicia por resaltar a los asistentes la importancia de cuidar de nuestra salud mental realizando actividades que nos proporcionen bienestar tales como:

- Hacer ejercicio regularmente
- mantener una alimentación equilibrada
- dormir lo suficiente
- practicar técnicas de relajación.
- Buscar apoyo emocional es clave.
- Compartir tus sentimientos y preocupaciones con amigos, familiares o profesionales de la salud mental puede ayudarte a enfrentar los desafíos de manera más efectiva.

- Evitar el consumo excesivo de alcohol y drogas, ya que pueden afectar negativamente la salud mental.
- Practicar hábitos de autocuidado como dedicar tiempo a actividades que te gusten, establecer límites saludables y aprender a decir "no" cuando sea necesario.

Por otro lado, la psicóloga comunica a los participantes que una sana convivencia implica vivir en armonía con las demás personas, respetando sus derechos, opiniones y diferencias.
Es importante practicar la empatía, tratando de comprender y compartir los sentimientos de los demás. Esto nos permite construir relaciones más saludables y colaborativas es por esto que la comunicación asertiva juega un papel clave en la sana convivencia. Expresar nuestras ideas y opiniones sin agresividad ni violencia, y también saber escuchar a los demás, fomenta la comprensión mutua y la resolución pacífica de conflictos y esto se logra a través del respeto por las normas y reglas establecidas en la sociedad esencial para la convivencia pacífica. Esto implica ser conscientes de nuestros derechos y deberes como ciudadanos. Y además del fomento el diálogo y la resolución pacífica de conflictos ayuda a prevenir problemas y a mantener relaciones armoniosas en nuestro entorno.

Siguiendo con el punto anterior, tiendo claro que para que exista una convivencia sana, es necesario practicar en nuestras vidas diarias, los siguientes valores:

- La tolerancia.
- La justicia.
- La paz
- La solidaridad.
- La libertad

Sin embargo, el aspecto la empatía en cuanto a las relaciones con las demás personas, es decir, en el entorno social, cultural y familiar, es indispensable su aplicación, sin discriminación, sin señalamiento si no con fines positivos, brindar un apoyo a quien lo necesite siempre que este dentro de nuestras posibilidades, ya sea a algún familiar nos lleva a controlar nuestras emociones y ser mejores personas, más humanos, más sensibles.
En este momento, se verbaliza a los asistentes que la convivencia social es imprescindible en el buen ejercicio de las actividades rutinarias de la comunidad y hacerlo de manera sana y adecuada puede ayudarnos a lograr tener una vida social pacífica y placentera. Debemos respetar los valores de la convivencia y los derechos de las demás personas para así tener éxito al convivir.

Si bien no con todas las personas podremos convivir de la mejor manera es importante demostrar una buena convivencia. Dentro de la sociedad existen distintos roles o papeles que desarrollamos dependiendo en las situaciones en las que estemos.

Muchas veces en la sociedad se tienen ciertas jerarquías que debemos de respetar para lograr una mejor convivencia. Lo fundamental para poder alcanzar una convivencia humana primordial es que cada uno tenga sus límites y sus derechos.

Los valores permiten tener una sana convivencia, entre los más importantes se destacan, la buena moral, el respeto, la educación, la tolerancia, la libertad, la paz, la justicia, la solidaridad, la dignificación de la condición humana, la no discriminación, ejercer estos valores de una forma equilibrada, puede ser útil para vivir en un ambiente armónico, con una convivencia sana de tal manera que cómo ser humanos debemos de tener frente a un entorno social esos valores que los cuales deben resaltar cada día, el ser humano que somos, los seres razonables que somos y de poder ayudar a las personas que lo necesitan y así de esta manera estar apropiadamente en la socie

Tal como sustentan algunos autores

Es importante que desde la infancia la expresión de sentimientos, establecer una adecuada comunicación, generar confianza, practicar la convivencia escolar y familiar, así como promover valores, ya que entre los 15 y 24 años de edad es cuando las personas se tornan más vulnerable al registrar cambios emocionales.

La salud mental tiene beneficios para las personas como:

- Buena salud física, y rápida recuperación de enfermedades físicas
- Relaciones de calidad con las personas del entorno
- Estado de bienestar constante y proyectos para el futuro
- Mejor la calidad de vida de los individuos

Se comento además que existen signos y síntomas que indican que un individuo está padeciendo de un trastorno mental, estos pueden variar según el trastorno, las circunstancias u otros factores, estos pueden afectar las emociones, los pensamientos y las conductas, cabe mencionar algunos ejemplos de los signos y síntomas:

- Sentimientos de tristeza o desánimo.
- Pensamientos confusos o capacidad reducida de concentración.
- Preocupaciones o miedos excesivos o sentimientos intensos de culpa
- Altibajos y cambios radicales de humor
- Alejamiento de las amistades y de las actividades
- Cansancio importante, baja energía y problemas de sueño
- Desconexión de la realidad (delirio), paranoia o alucinaciones
- Incapacidad para afrontar los problemas o el estrés de la vida diaria
- Problemas para comprender y relacionar las situaciones y las personas
- Problemas con el uso de alcohol o drogas
- Cambios importantes en los hábitos alimentarios
- Cambios en el deseo sexual
- Exceso de enojo, hostilidad o violencia
- Pensamiento suicida

Con el fin de concientizar a la comunidad, se les comenta que los síntomas de un trastorno de salud mental aparecen como problemas físicos, como dolor de estómago, dolor de espalda, dolores de cabeza u otros dolores y molestias inexplicables.

Se compartió con los participantes algunas estrategias por medio de fichas a tener en cuenta en la sana convivencia, que, en un ambiente sano, la salud mental se encontrara en equilibrio, debido a las características que presentan algunos entornos, es posible identificar que en ese lugar existe una buena convivencia, los participantes las leyeron en vos altas y las fueron pegando en una cartelera a la vista de todos, se plasmó la siguiente información:

- **Interacciones sanas:** hay una integración de los conocimientos, que todos interactúan y que no es una sola voz la que se erige, sino que las opiniones de todos son tomadas en cuenta, de modo que la interacción es dinámica y saludable.

- **Comunicación efectiva:** La comunicación en estos ambientes es asertiva, nadie guarda silencio ni obedece imposiciones, sino que todos expresan, desde el respeto, lo que piensan y sienten, sin hacer daño a los demás.

- **Participación de todos:** Todos los miembros participan, sin dejar a los demás por fuera, sino que todas las iniciativas son escuchadas y tomadas en cuenta.

- **Integración en los equipos:** hay una cooperación y ningún equipo trabaja de forma aislada, sino integrada, más bien para que los objetivos se cumplan, pues, su integración es porque todos trabajan en pro de una misma meta.

- **Educación constructiva:** los individuos están formados para el ejercicio de la paz y de la justicia, los cuales son pilares para su comportamiento, ya que, de este modo, es que podemos hacer de los entornos un lugar mejor.

Para poder establecer una relación entre la salud mental y la sana convivencia, se estableció que un trastorno de salud mental puede afectar la capacidad para establecer y mantener relaciones personales mantener relaciones personales o familiares, esto se debe a que puede haber un trastorno mental cuando los patrones o cambios en el pensamiento, los sentimientos o el comportamiento causan angustia o alteran la capacidad de funcionamiento de una persona, por ello, aprender a convivir en la sociedad no solo es importante, sino necesario, porque implica aprender a proyectarse y sobrevivir en la comunidad que se desarrolle el individuo, al mismo tiempo que se conecta con otros a través de sus intereses y objetivos, cuando una persona no logra desenvolverse correctamente en la sociedad, es porque la convivencia no sana ni el desarrollo y restringe sus oportunidades de crecimiento, tanto personal como profesional.

En este sentido se le comunico la sana convivencia tiene buenos beneficios, por lo cual se debe:

- **Fortalece los vínculos afectivos**

Una buena convivencia ayuda a construir y reforzar los lazos de amor, empatía y cuidado mutuo que hace que las personas se unan y tengan intereses en común y de afecto. Los vínculos de afecto les brindan a las personas seguridad, bienestar y

representan el motor del desarrollo de los seres humanos y es una muestra de la definición de convivencia social.

- **Mejora la autoestima de los individuos**

Las personas con buena autoestima se sienten aceptadas por los demás, queridas, orgullosas y creen en sí mismos. Cuando todas estas características están presentes la convivencia es mucho más fácil. Una buena autoestima influye directamente en la sana convivencia, porque entre mejor autoestima tenga una persona, mejor será su desenvolvimiento en la sociedad.

- **Potencia el desarrollo global**

El buen convivir permite el desarrollo integral de las personas, para que tengan un proceso de integración social satisfactorio en la vida social y puedan participar responsablemente en todos los aspectos de la vida, siendo el proyecto principal la vida de cada individuo.

Posteriormente el profesional a cargo, invito a los asistentes a expresar sus inquietudes y dar sus apreciaciones con respecto a el encuentro comunitario psicoeducativo. La líder y rectora de la institución educativa de la comunidad de Ishashimana, tomó la palabra y expreso que estos espacios son muy importantes para la comunidad porque los habitantes se concientizan sobre la importancia de prestarle mucha atención a sus sentimientos, de saber controlar sus emociones y así evitar que se presenten situaciones trágicas.

Por otro lado, un joven de 20 años dijo que es bueno vivir en paz con los paisanos evitando los conflictos que son muy malo para las familias.

Un adulto de 41 años dijo que casi nunca les hablan de esos temas y que pensaba que las personas solo se enfermaban del cuerpo, que de ahora en adelante iba a cuidar sus emociones.

.

Para dar por terminada la actividad, la profesional a cargo DANIELA PIMIENTA concluye que en cuando a la sana convivencia, una persona fortalece la sana convivencia cuando practica el respeto hacia los demás pues está demostrado que vivir en armonía disminuye la violencia, el Bullyng. Al cambiar el modo de vivir y poner en práctica los valores se aprende a ser mejores seres humanos y así se podrá convivir en una sociedad libre y sin miedo a la violencia.

Se aprovechó además para exhortar a la comunidad a tolerar, a manejar las situaciones que puedan afectar la convivencia. Así mismo de les sugirió estar atentos a las personas que evidencien signos de enfermedad mental, a escucharlos, conversar con ellos de manera sincera, es necesario que les hagamos sentir que nos importan ofreciéndoles así apoyo y aliento, además, es importante
buscar la ayuda de un profesional de salud mental calificado y solicitar una consulta, incluso poder acompañarlo a la consulta, si un ser querido se ha hecho daño a sí mismo o está en riesgo de hacerlo, debe ser llevado al hospital o llamar a la atención de urgencia.
El profesional a cargo se despide de los asistentes y agradece por su participación recuerda que cada persona es única y puede tener diferentes necesidades en términos de cuidado de la salud mental y la convivencia. Si necesitas ayuda o un mayor apoyo, siempre es recomendable buscar la ayuda de profesionales de la salud mental para recibir orientación y asistencia personalizada.

Compromisos:

ITEM	COMPROMISOS	NOMBRE DEL RESPONSABLE	ENTIDAD	CARGO	FECHA DE CUMPLIMIENTO
1	Sensibilizar a los habitantes de la comunidad a desarrollar y fortalecer la sana convivencia y una buena salud mental	Daniela Pimienta Diaz	Plan de salud pública de intervenciones colectivas departamento	Prof. Dimensión convivencia social y salud mental	Proceso Continuo
2	Educar a los participante sobre sana convivencia y salud mental.	Daniela Pimienta Diaz	Plan de salud pública de intervenciones colectivas departamental	Prof. Dimensión convivencia social y salud mental	Proceso Continuo
3	Cumplir con cada una de las actividades programas en la agenda.	Daniela Pimienta Diaz	Plan de salud pública de intervenciones colectivas departamento	Prof. Dimensión convivencia social y salud mental	Proceso Continuo

Daniela Pimienta

_____

Daniela Pimienta Diaz

Profesional en psicología

Ref. Convivencia Social y Salud Mental.

CONSOLIDACIÓN GRUPO ETARIO.

Tabla #1

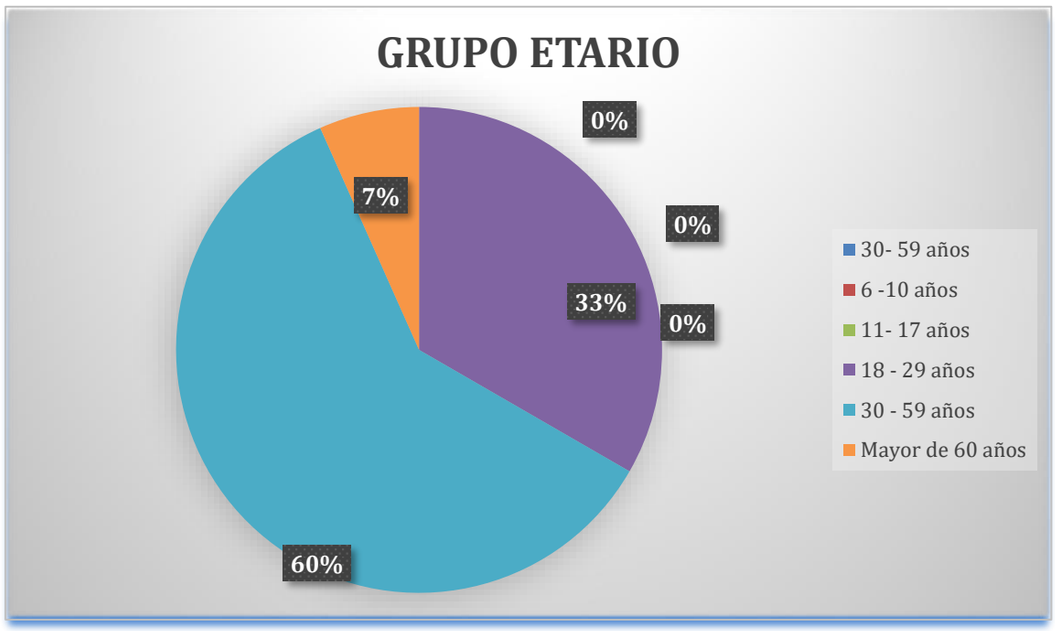
GRUPO ETARIO						
0-5 años	6 a 10 años	11-17 años	18-28 años	29-59 años	Mayor de 60 años	Total
0	0	0	10	18	2	30

TABLA N°2. POBLACIÓN BENEFICIADA CON ENFOQUE DIFERENCIAL

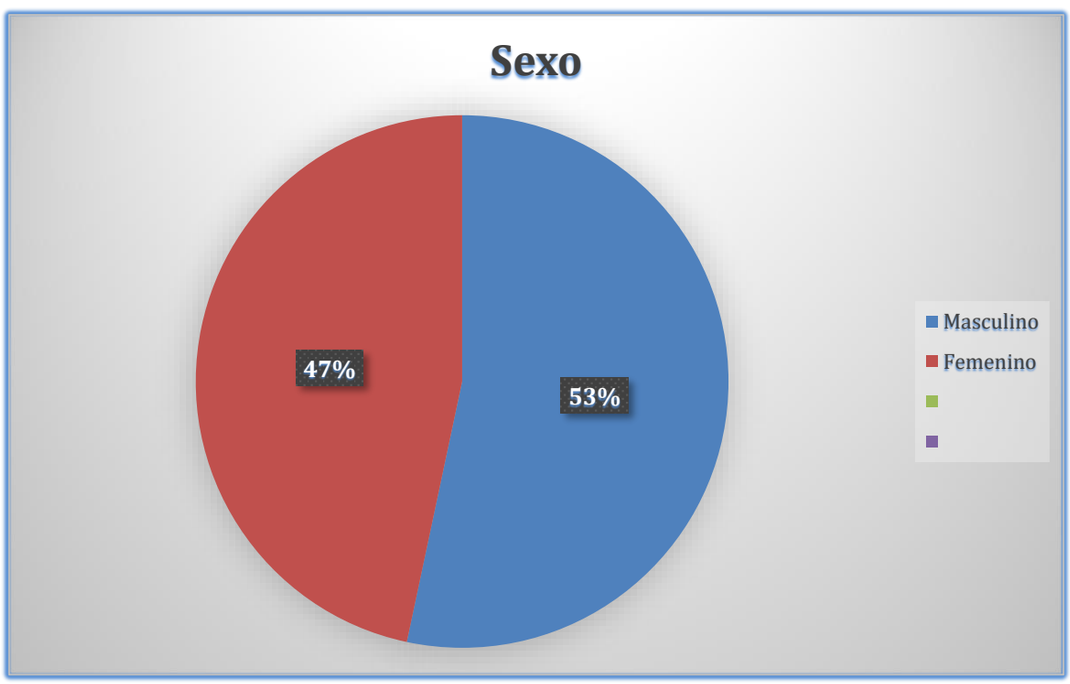
Sexo		ENFOQUE DIFERENCIAL								AFILIACIÓN SGSS			ESCOLARIDAD					ZONA	
M	F	Indígena	Afrodescendi	Victima	Discapacitad	Adulto mayor	LGBTIQA+	Otro	Migrante	Contributivo	Subsidiado	No afiliado	Sin estudios	primaria	segundaria	Técnico	Universitario	Urbana	Rural
16	14	30	0	0	0	2	0	0	0	11	16	3	10	3	16	0	1	0	30

Fuente: Formatos de Asistencia de la actividad.

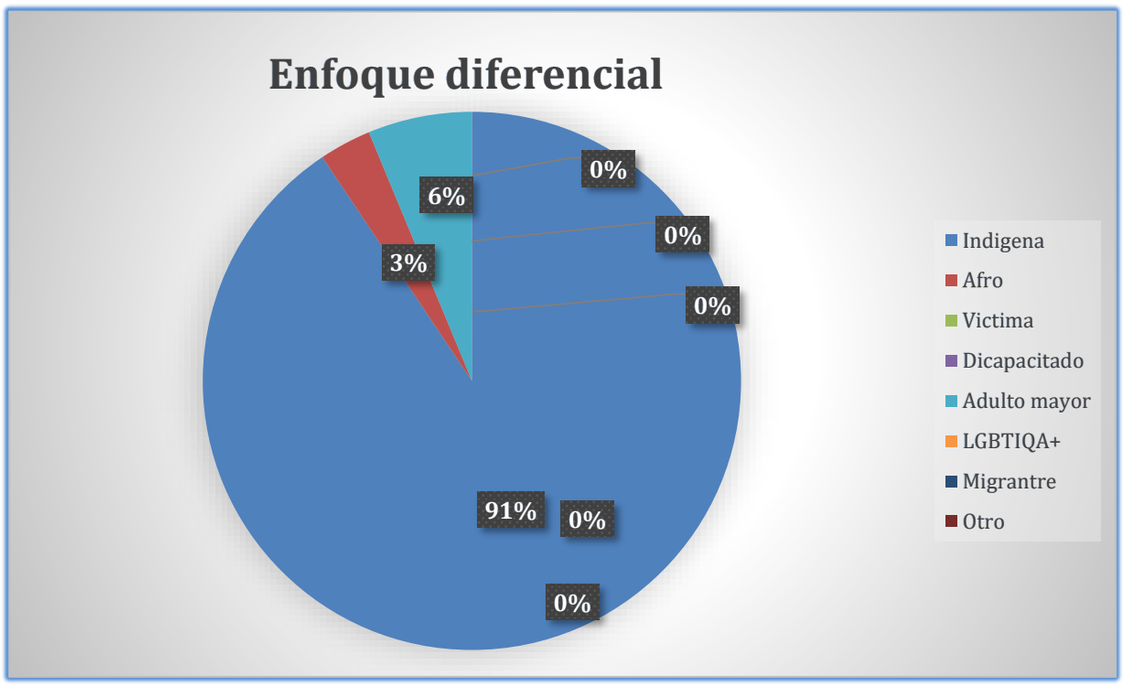
CONSOLIDACIÓN GRUPO ETARIO



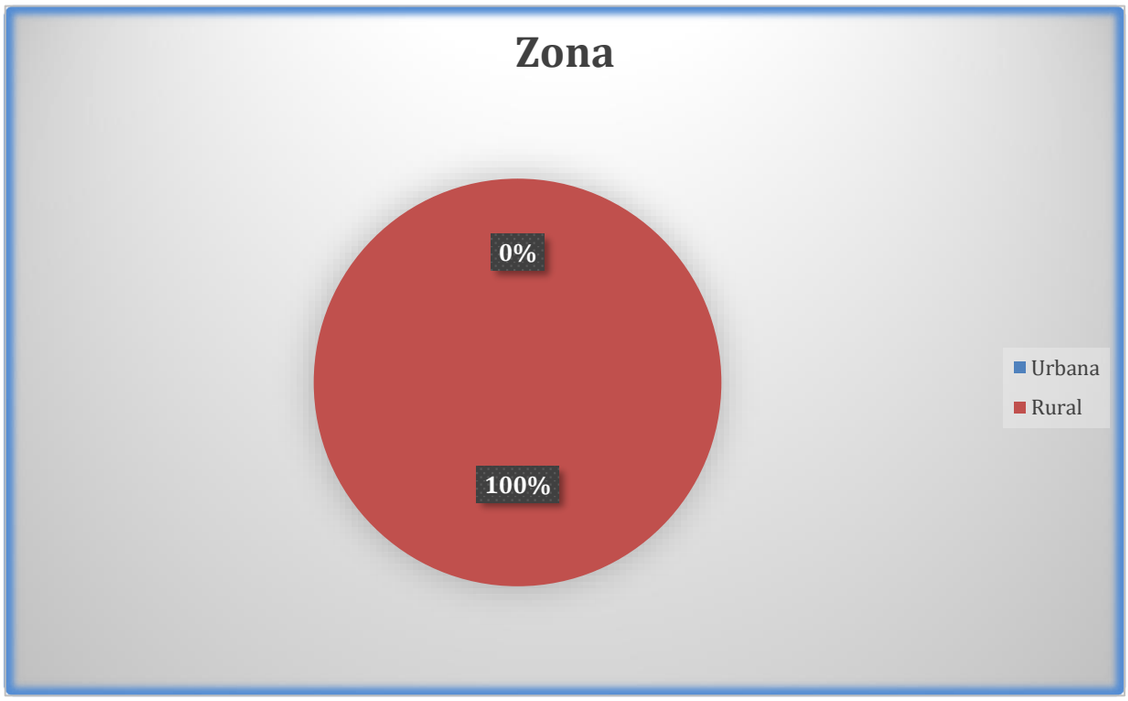
La ddistribución porcentual por ciclo de vida la mayor población correspondió a adolescentes en el rango de edad de 29 -59 años con un 60% de frecuencia, frente a un 33% de jóvenes en edades de 18 a 28 años.



Se evidencia en el gráfico de distribución porcentual por sexo, que el 53% de la población beneficiada pertenece al género femenino, el 47% restante es de género masculino.



El grafico en que describe el enfoque diferencial, se detalla que el 91% del grupo étnico intervenido son los indígenas wayuu, frente a un 6% de personas afrodescendientes se y 2% restante a la población adulto mayor.



El 100% de los participantes pertenece a la zona rural del municipio de Manaure
Se anexa listado de asistencia.

Acta de entrada a la Comunidad Ishashimana

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD
DEPARTAMENTAL

ACTA DE ENTRADA A LAS COMUNIDADES.

En el Municipio de Manaure en la comunidad Ishashimana siendo las 2:30 p.m del día 17 el referente de la dimensión: Convivencia Social y Salud Mental solicita a la Autoridad tradicional _____ y/o líder de la comunidad Ishashimana autorización para desarrollar en territorio la actividad: Desarrollar dos encuentros psicoeducativos Comunitarios para Jovenes y adultos Sobre el Cuidado de la Salud mental y la Sana Convivencia. derivada de la ejecución de las actividades, intervenciones y procedimientos del plan de intervenciones de salud pública de intervenciones colectivas Departamental 2023.

La actividad e intervención se realizará si y solo si, usted tiene a bien permitir el desarrollo de la misma para beneficio de la comunidad.

Yo Rita Viviana Uriana Uriana Líder y/o Autoridad Tradicional de la comunidad Ishashimana.

Permito ✓ No permito _____

La entrada a mi comunidad para la realización de las actividades programadas.

Rita V Uriana U
Firma de la Autoridad y/o líder

Huella



CS Escaneado con CamScanner

Escaneado con CamScanner

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Unidos por el Cambio

IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

LISTADO DE ASISTENCIA

Actividad:
Desarrollar dos (2) encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

Municipio: Manaure

Objetivo/ Tema: Encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia,

Dirigida por: DANIELA PIMIENTA | **Fecha:** 17-08-2023 | **Hora de Inicio:** 3:00 pm | **Hora de Finalización:** 6:10pm

No	Nombre	Identificación	Edad	SEXO		Dirección	Teléfono	ZONA		ENFOQUE DIFERENCIAL									AFILIACIÓN A SGSS			ESCOLARIDAD					Profesión u Ocupación	Firma	Huella
				F	M			URBANO	RURAL	INDIGENA	AFRODESCEN.	VICTIMA	DISC	ADULTO MAYOR	LGTBIQA+	OTRO	MIGRANTE		CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO AFILIADO	SIN ESTUDIOS	PRIMARIA	SECUNDARIA	TECNICOS	UNIVERSITARIO			
1	Bella Apushana	1124421411	24	✓		Shashimana	no tiene		✓	✓	✓									✓				✓			Ama de Casa	Bella AP	
2	Rosa Uriana	1006910562	29	✓		Shashimana	no tiene		✓	✓	✓									✓			✓				Ama de casa	Rosa U	
3	Luz Uriana	1134176575	19	✓		Shashimana	no tiene		✓	✓	✓									✓		✓					A. tesorera		
4	Richar Uriana	1124383342	31		✓	Shashimana	3116318211		✓	✓	✓									✓				✓			Admonistrador	Richar Uriana	
5	Libia Uriana	1124365048	40	✓		Shashimana	3103644108		✓	✓	✓								✓			✓					A. tesorera		
6	Leidis Epinayu	1010065515	29	✓		Shashimana	no tiene		✓	✓	✓									✓			✓				oficios V	leidis epinayu	
7	Evelin Pushaina	1006910174	19	✓		Shashimana	3014351364		✓	✓	✓									✓				✓			Estudiante	EVELIN	
8	Nelsa Epinayu	1124382691	22		✓	Shashimana	no tiene		✓	✓	✓									✓		✓					Ama de casa		
9	Mamy Uriana	1192735544	37	✓		Shashimana	3204201412		✓	✓	✓								✓			✓					A. tesorera		
10	Silvia Pimienta	1124394718	18	✓		Shashimana	no tiene		✓	✓	✓									✓				✓			A. tesorera	Silvia P	

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD
DEPARTAMENTAL

Unidos por el Cambio

IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

Escaneado con CamScanner

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Unidos por el Cambio

IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

LISTADO DE ASISTENCIA

Actividad: Desarrollar dos (2) encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

Municipio: Manaure

Objetivo/ Tema: Encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia.

Dirigida por: DANIELA PIMIENTA | **Fecha:** 17-08-2023 | **Hora de Inicio:** 3:00 pm | **Hora de Finalización:** 5:10 pm

No	Nombre	Identificación	Edad	SEXO		Dirección	Teléfono	ZONA		ENFOQUE DIFERENCIAL								AFILIACIÓN A SGSS			ESCOLARIDAD					Profesión u Ocupación	Firma	Huella
				F	M			URBANO	RURAL	INDIGENA	AFRODESCEN	VICTIMA	DISC	ADULTO MAYOR	LGTBIQA+	OTRO	MIGRANTE	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO AFILIADO	SIN ESTUDIOS	PRIMARIA	SECUNDARIA	TECNICOS	UNIVERSITARIO			
1	Nestor Machado	1.124342.031	20		✓	Ishashumana	3147381475		✓	✓										✓	✓							
2	Carlos Uriana	17.955 392	49		✓	Ishashumana	no tiene		✓	✓								✓					✓				Carlos	
3	Onofre Uriana	2747.759	77		✓	Ishashumana	3107597780		✓	✓								✓					✓				Onofre U	
4	Dionisio Uriana	1927737404	33		✓	Ishashumana	3106911620		✓	✓									✓				✓					
5	Onitalys Uriana	1124602520	19	✓		Ishashumana	3046500223		✓	✓									✓			✓						
6	Eniro Epieyu	84.063.292	45		✓	Ishashumana	3126732304		✓	✓									✓				✓				Eniro Epieyu	
7	Vicente Lopez	17.904.962	43		✓	Ishashumana	3136040980		✓	✓									✓				✓					
8	Henry Epieyu	1118.329389	29		✓	Ishashumana	no tiene		✓	✓										✓	✓							
9	Yolanda Pushaina	40.953613	54	✓		Ishashumana	no tiene		✓	✓									✓		✓							
10	Nelson Uriana	1124555183	19		✓	Ishashumana	3207666797		✓	✓								✓			✓							

Unidos por el Cambio
República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Unidos por el Cambio

IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

LISTADO DE ASISTENCIA

Actividad: Desarrollar dos (2) encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.			**Municipio:** Manaure
Objetivo/ Tema: Encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia.			
Dirigida por: DANIELA PIMIENTA	**Fecha:** 17-08-2023	**Hora de Inicio:** 3:00 pm	**Hora de Finalización:** 5:10 pm

No	Nombre	Identificación	Edad	SEXO		Dirección	Teléfono	ZONA		ENFOQUE DIFERENCIAL								AFILIACIÓN A SGSS			ESCOLARIDAD					Profesión u Ocupación	Firma	Huella
				F	M			URBANO	RURAL	INDIGENA	AFRODESCEN.	VICTIMA	DISC	ADULTO MAYOR	LGTBIQA+	OTRO	MIGRANTE	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO AFILIADO	SIN ESTUDIOS	PRIMARIA	SECUNDARIA	TECNICOS	UNIVERSITARIO			
1	Gabriel Ibarra	84.035.856	54		✓	Ishashimana	3154144775		✓		✓							✓					✓				Gabriel Ibarra	
2	Carmen Uriana	56.839.725	55	✓		Ishashimana	no tiene		✓	✓										✓	✓						Carmen Uriana	
3	Wilmer Gonzalez	84.107.960	43		✓	Ishashimana	3137968880		✓	✓									✓			-	✓				Wilmer G. Uriana	
4	Anderson Uriana	1124554812	21		✓	Ishashimana	302830188		✓	✓								✓					✓				Anderson Uriana	
5	Eliceo Uriana	1124370504	24		✓	Ishashimana	3234517		✓	✓									✓				✓				Eliceo Uriana	
6	Viviana Uriana	40837845	68	✓		Ishashimana	3208971953		✓	✓									✓		✓							
7	Rita V. Uriana	56100870	45	✓		Ishashimana	3154144223		✓	✓								✓							✓		Rita V. Uriana	
8	Carlos M. Uriana	84107931	42		✓	Ishashimana	3008247631	✓		✓	✓							✓					✓				Carlos Uriana	
9	Andres Epieyu	5.184.614	49		✓	Ishashimana	317 087793		✓	✓								✓					✓				Andres Epieyu	
10	Francisco Uriana	1124364995	35		✓	Ishashimana	3135359172		✓	✓								✓					✓				Francisco Uriana	

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
Unidos por el Cambio
IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

Consentimiento para tomar fotos y videos

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD
DEPARTAMENTAL

CONSENTIMIENTO DE LA AUTORIDAD Y/O LIDER

Fecha: 17/08/2022

YO Rita Viviana Uriana Uriana, identificado con cedula de ciudadanía número 56100870 de Manaure-Guajira en mi calidad de Representante de Comunidad o Lider.

AUTORIZO ✓ NO AUTORIZO_____

Al personal de salud de los equipos del PIC DEPARTAMENTAL de Manaure, a tomar fotos, grabar videos y/o audios en la comunidad solo con fines misionales del plan de intervenciones colectivas con la debida protección de la información y el respeto con las personas de las comunidades wayuu.



Rita V. Uriana U
Firma de la Autoridad y/o lider

Huella

Escaneado con CamScanner

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DE LA ACTIVIDAD
ACTIVIDAD: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

	
Lugar: Micro territorio Ishashimana **Fecha:** agosto 17 del 2023	**Lugar**: Micro territorio Ishashimana **Fecha:** agosto 17 del 2023
	
Lugar: Micro territorio Ishashimana **Fecha:** agosto 17 del 2023	**Lugar**: Microterritorio Ishashimana **Fecha:** agosto 17 del 2023

Acta No. 3	Fecha: 23/08/2023

ACTA

Departamento: La Guajira	**Municipio:** Manaure	
Lugar: Barrio 10 de Marzo (Zona Urbana del Municipio de Manaure)	**Hora de Inicio: 3:10 pm**	**Hora de Finalización: 6:20 pm**
Dimensión / Dependencia: Convivencia Social Y salud mental		
Objetivo: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.		
Responsable(s): Psicólogo. Daniela Pimienta Diaz		

Componente:

1. Asistencia tecnica [5] ☐
   Capacitación ☐
   Acompañamiento y Cooperación Técnica
   Asesoría ☐

2. Reunión[6] ☐
3. ¿Otro ☐ Cuál? Información en salud

Asistentes: Se anexa Lista de asistencia

Orden del día - Puntos a tratar:

1. Oración de gracias a Dios
2. Bienvenida a los presentes
3. Presentación del profesional a cargo
4. Socialización del objetivo de la temática
5. Socialización de la temática
6. Dudas y comentarios sobre el encuentro comunitario.
7. Conclusión
8. Compromiso

Desarrollo:

[5] Asistencia técnica: defina qué tipo de asistencia técnica realizo: Proceso de capacitación, asesoría y acompañamiento.
[6] Reunión: defina qué tipo de reunión Realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacía, socialización, etc.

El día 9 del mes de agosto se realizó acercamiento con la líder de la junta de acción comunal del barrio del barrio 10 de marzo (techo verde) de la zona urbana del municipio. Sra. Karen Sánchez. Se efectúa reunión de articulación para desarrollar encuentro comunitario psicoeducativo sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, reunión finalizada con resultados positivos.

La líder del barrio afirmó que es necesario hacer intervenciones en la salud mental de sus habitantes, teniendo en cuenta que son personas han experimentado a lo largo de su vida dificultades en sus relaciones interpersonales, lo cual les ha traído como consecuencia que se comporten de manera inadecuada y su salud mental no sea saludable, pues se algunos se han percibido con baja autoestima, inseguridad y no asertividad en la toma de decisiones, La señora Karen afirma que existen murmuraciones entre vecinos y muchas otras dificultades para el desarrollo de la sana convivencia en la comunidad.

Por estas razones, el día 23 de agosto del 2023 siendo las 3 de la tarde se reunieron los habitantes del barrio 10 de marzo para dar complimiento al encuentro comunitario psicoeducativo sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, la cual inicia con una oración a Dios elevada por la profesional referente.

Una vez dado la gracias a Dios por esta actividad y la vida de los presentes, se da inicio al desarrollo del tema, iniciando con la socialización del concepto de salud mental, se expone mediante una infografía impresa que se define como el equilibrio que surge entre lo que pensamos, lo que sentimos y las acciones que llevamos a cabo.

Por otro la sana convivencia consiste en aceptar las diferencias y tener la capacidad de escuchar, reconocer, respetar y apreciar a los demás, así como vivir de forma pacífica y unida, por tal razón es necesario tener una sana convivencia.

Se les sensibiliza que como seres humanos es casi imposible no relacionarse con otras personas ya que todos necesitamos relacionarnos con los demás y esto pasa porque desde el momento en que nacemos y llegamos a un hogar empezamos a experimentar nuestro primer encuentro de convivencia.

El reconocernos como seres sociales es un elemento central para conocernos mejor y luchar día a día por lograr establecer una convivencia armoniosa y pacífica. Aunque esto es complicado, las sociedades han siempre buscado establecer normas y leyes que permitan evitar o prevenir conflictos, así como también

sancionarlos en el caso de que existan. La convivencia entonces ha necesitado estar enmarcada por distintos soportes legales y de valores sociales que nos educaran en la tolerancia o el respeto hacia el otro. De todos modos, nunca estos valores se aplican en su totalidad ya que las sociedades humanas son de por sí conflictivas.

Para conseguir una sana convivencia, es necesario hacer uso de valores, entre los cuales se destacan:

- La buena moral
- El respeto
- La educación
- La tolerancia
- La libertad
- La paz
- La justicia
- La solidaridad
- La dignificación de la condición humana
- La no discriminación.

Poner en práctica estos valores de manera adecuada, es necesario la convivencia en un ambiente lleno de armonía, cómo ser humanos debemos de tener frente a un entorno social esos valores que los cuales deben resaltar cada día, el ser humano que somos, somos seres razonables podemos poder ayudar a las personas que lo necesitan y así podemos tender una salud mental y una sana convivencia apropiada en la sociedad.
La psicóloga encargada de la actividad afirma que desde su experiencia a percibido que muchas veces algunas personas asumen que han fracasado y se sienten inferiores, se desaniman y se desmotivan, sin embargo, es bastante indispensable fortalecer nuestra autoestima en estos casos como seres humanos valiosos que somos. Es un error buscar nuestros defectos para resaltarlos antes otras personas. Se les expresa que es importante saber socializar con las demás personas, no debemos recargar nuestros problemas en los demás, por los demás no son culpables de las situaciones que se vivan por esto es imprescindible mantener una buena salud mental.

Se les explico que en el entorno que se encuentren, se debe convivir de manera agradable ya sea en la institución, en el lugar de trabajo, o en el entorno familiar, igualmente la pareja que sentimental tampoco tiene culpa de que hayan sucedido

algunas situaciones fuertes en la niñez y que se debe saber que cada día hay una oportunidad para crecer que hay que mirar esta oportunidad de la vida en la cual se encuentren educándose para crecer cada día, por lo tanto mantener una buena salud mental va ayudar a crecer diariamente más y así se fortalecerá aún más su ser y su proyecto de vida y en la medida que cada día se mantenga una sana convivencia con el entorno que nos rodea, fortalecerá y habrá un crecimiento en lo personal, en el área económico y social.

Aprender a convivir en la sociedad no solo es importante, sino necesario, porque implica aprender a proyectarse y sobrevivir en la comunidad que se desarrolle el individuo, al mismo tiempo que se conecta con otros a través de sus intereses y objetivos. Cuando una persona no logra desenvolverse correctamente en la sociedad, es porque la convivencia no sana ni el desarrollo y restringe sus oportunidades de crecimiento, tanto personal como profesional. El proceso de convivencia o los acuerdos para la convivencia ocurren durante toda la vida del ser humano y se caracteriza por toda la influencia que tienen los grupos sociales en los individuos. Es debido a esto que las personas pueden tener una convivencia, no solo social, también sana.

Se le compartió a los participantes acciones que fomentan una sana convivencia:

- **Conversar:** Ser comunicativo es vital para fortalecer cualquier vínculo afectivo en la familia, con amigos y en la sociedad general. Siempre que se pueda es necesario compartir un desayuno, una cena, una reunión u ocasión especial con esas personas que integran tu círculo social. Es uno de los grandes ejemplos de acuerdos de convivencia porque sin comunicación sería imposible conocer las necesidades e inquietudes del otro.

- **Compartir actividades y aficiones:** Poder compartir actividades de interés general, es otra de las acciones para una convivencia sana y pacífica que le da mayor fuerza al vínculo que se está creando. Sobre todo, en las familias es un buen ejemplo para los niños que los padres se involucren en sus intereses y les den importancia. Así podrán reflejar eso en su adultez y brindar estímulos a otros individuos.

- **Practica actividades de relajación:** El estrés del día a día puede crear diferencias en los integrantes de una familia o con los amigos, por eso es necesario que se hagan pausas y se busque crear momentos de relajación

ya sea individuales o en grupo. Será otra de las acciones que fomentan la convivencia sana y ayuda a los individuos a relajarse y recordar todo lo positivo que transmiten y volver a tener la armonía con la que viven cada día.

- **Disfrutar de actividades artísticas:** Realizar actividades culturales, involucrarse con recorridos por museos, invitar a alguien a un concierto o hacer manualidades, son momentos de recreación y de disfrute grupal. En esos espacios las personas conversan, disfrutan y comparten.

- **Impulsar la pasión por la música:** Cuando en el hogar hay niños pequeños, fomentar el amor por la música puede ser una gran herramienta para promover la sana convivencia. La música llega a ser en algunas personas hasta método de terapia y es un potenciador del desarrollo humano.

- **Admirar la naturaleza:** Conectarse con la naturaleza, no solo te dará la oportunidad de sentir el exterior, respirar aire fresco y pensar en todo lo que el planeta te brinda. También es una buena forma de conocer a otras personas y conectar con individuos que también buscan un mejor porvenir para sus vidas y el mundo.

El objetivo de la convivencia pacífica es tener el conocimiento para darle oportunidad a la sociedad de conocer los valores y costumbres que tienes y que aprendiste en el hogar. Es con esas características personales que podrás relacionarte con tus semejantes sin necesidad de la violencia o malos ratos, simplemente crean un ambiente adecuado y lleno de armonía, un ambiente de sana convivencia.

La sana convivencia tiene ciertas características, se podrá notar que en un ambiente existe una sana convivencia debido a las características que presentan estos entornos, tales como las siguientes:

- **Comunicación adecuada:**

En las familias cuando existen problemas de comunicación surgen muchos conflictos. La poca claridad, la poca escucha, la falta de atención, pueden producir que un miembro de la familia, Aislamiento o trabajo se sienta afectada o poco incluida. Si, por el contrario, conseguimos una buena

comunicación fundamentada en la empatía, todos los miembros de la comunidad se sentirán cómodos para expresar lo que sienten y lo que no les gusta.

- **Expresa tus emociones:**

Cuando somos capaces de expresar en nuestra familia o escuela aquello que sentimos, hay más posibilidades de que el otro nos entienda y apoye. Es decir, hay empatía entre las partes, y lo importante es crear un ambiente de confianza, sin mentir, ni ocultar.

- **No juzgues o etiquetes:**

Cada persona tiene sus propias circunstancias y sus motivos por los cuales hace las cosas, por eso, mejor es no juzgar y tratar de entender siempre las razones que le han llevado a actuar de determinada manera a ese individuo en el trabajo, escuela u hogar.

- **Evita las comparaciones:**

Cada uno de nosotros somos diferentes, con lo bueno o con lo malo; cada uno de nosotros tiene distintas cosas que se nos dan mejor o peor, y por eso hablar de las comparaciones solo tienden a generar inseguridad o malestar.

- **Usa el sentido del humor:**

El humor y las bromas promueven siempre un clima positivo, donde predomina la comodidad y la tranquilidad. Solo debes tener cuidado en no caer en el acoso o bullying psicológico que puede afectar a cualquiera de los miembros de la comunidad.

- **Muestra cariño:**

Es importante que dentro de las **estrategias para la sana convivencia** el cariño se tome en cuenta y exprese en la familia, trabajo o escuela. Para ello, es necesario acompañar con gestos (abrazos, besos, etc.), aquello que deseamos expresar, para que sientan más seguridad, apoyo y cariño.

- **Respeta el espacio de cada uno:**

Cada persona necesita sentir que tienen su espacio propio, por eso, evita invadir el espacio personal de cada uno, dándole intimidad y respetando los límites.

- **Dedica tiempo unos a otros**

De la misma manera que se necesita tener intimidad en casa, es necesario tener instantes en los que poder compartir inquietudes, ocio, u otros planes que unan a los miembros de la escuela, trabajo o familia.

- **Celebra los logros de los miembros**

Reconoce y apoya cuando alguien de tu comunidad ha hecho algo bien o especial, es lo más maravillo que existe. Además, el motivarse unos a otros, hace que entre todos consigan las metas propuestas.

- **Distribuye equitativamente las tareas del hogar**

Lo más sano es que todos se unan para llevar a cabo las tareas de manera justa y responsable. Suele pasar que se carga uno de todo, y finalmente termina explotado por la cantidad de trabajo. Lo conveniente es establecer rutinas en las tareas teniendo en cuenta la edad y el tiempo del que dispone cada persona.

Posterior al desarrollo de la temática, la profesional referente invito a los asistentes a expresar si en algún momento se han sentido afectados tanto con su salud mental, como en la convivencia y que hacen para sentirse mejor:

- Una persona participante expresó que años atrás experimentaba muchas frustraciones en su vida por varias cosas que le salieron mal y que en ocasiones se había sentido triste sin ánimo de vivir, pero que hoy en día tiene más seguridad en ella. Añade que esta muy contento con este encuentro, manifiesta que espera que se presenten mas oportunidades donde traten otros temas, teniendo en cuenta que no habían recibido una actividad tan fructífera como la presente.

- Un joven expresa que se le dificultaba tener una buena relación con sus vecinos, porque se le hacía difícil comunicarse con ello, pero hoy entendió que es bueno llevarse bien con la comunidad para que nos vaya bien en la vida

- Una señora de 44 años comenta que en una etapa de su vida no sabia manejar sus emociones, se estresaba y se estresaba con facilidad y eso la llevaba a tener malas relaciones. Dice que con el tiempo a aprendido a sobre llevar esas situaciones.

Para finalizar la actividad, la referente de la dimensión de convivencia social y salud mental agradece a los habitantes del barrio 10 marzo por su participación y disposición en el encuentro. Resalta insistentemente la importancia autocuidar nuestra salud mental, tomando como referencia las herramientas recibidas el día de hoy. Y que sigan fortaleciendo las relaciones interpersonales de manera adecuada con su comunidad y en todos los entornos.

Compromisos

ITEM	COMPROMISOS	NOMBRE DEL RESPONSABLE	ENTIDAD	CARGO	FECHA DE CUMPLIMIENTO
1	Incentivar a la comunidad a tener una sana convivencia y una buena salud mental	Daniela Pimienta Diaz	Plan de salud pública de intervenciones colectivas departamento	Prof. Dimensión convivencia social y salud mental	Proceso Continuo
2	Desde la institución darle continuidad al tema sobre sana convivencia y salud mental.	Daniela Pimienta Diaz	Plan de salud pública de intervenciones colectivas departamental	Prof. Dimensión convivencia social y salud mental	Proceso Continuo
3	Cumplir con cada una de las actividades programas en la agenda.	Daniela Pimienta Diaz	Plan de salud pública de intervenciones colectivas departamento	Prof. Dimensión convivencia social y salud mental	Proceso Continuo

Daniela Pimienta

_____

Daniela Pimienta Diaz

Profesional en psicología

Ref. Convivencia Social y Salud Mental.

CONSOLIDACIÓN GRUPO ETARIO.

Tabla #1

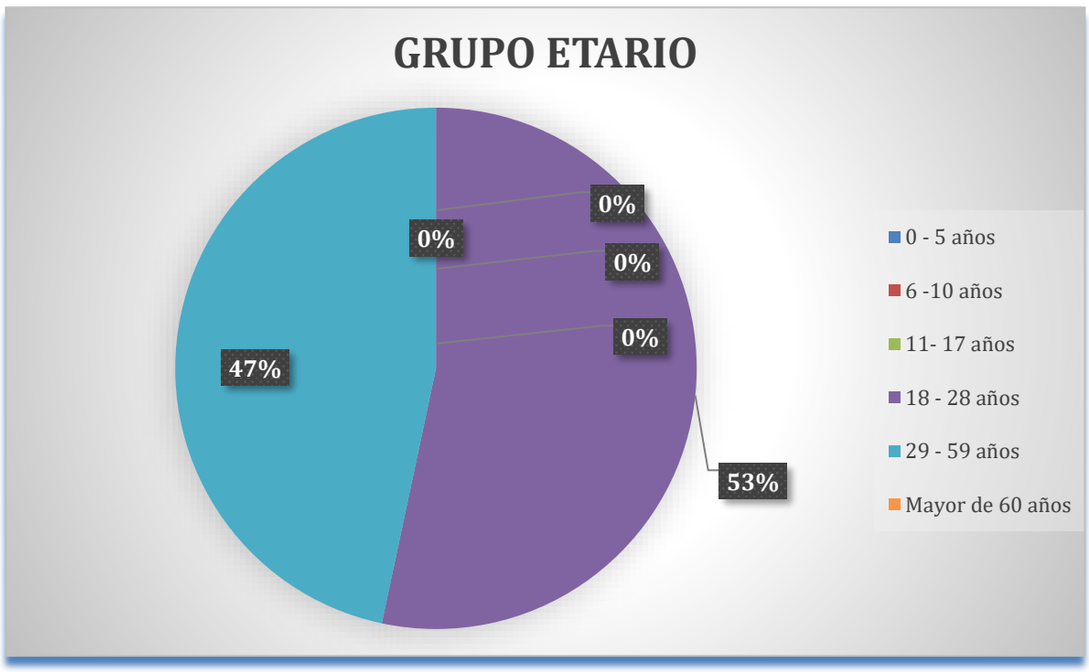
GRUPO ETARIO						
0-5 años	6 a 10 años	11-17 años	18-28 años	29-59 años	Mayor de 60 años	Total
0	0	0	16	14	0	30

TABLA N°2. POBLACIÓN BENEFICIADA CON ENFOQUE DIFERENCIAL

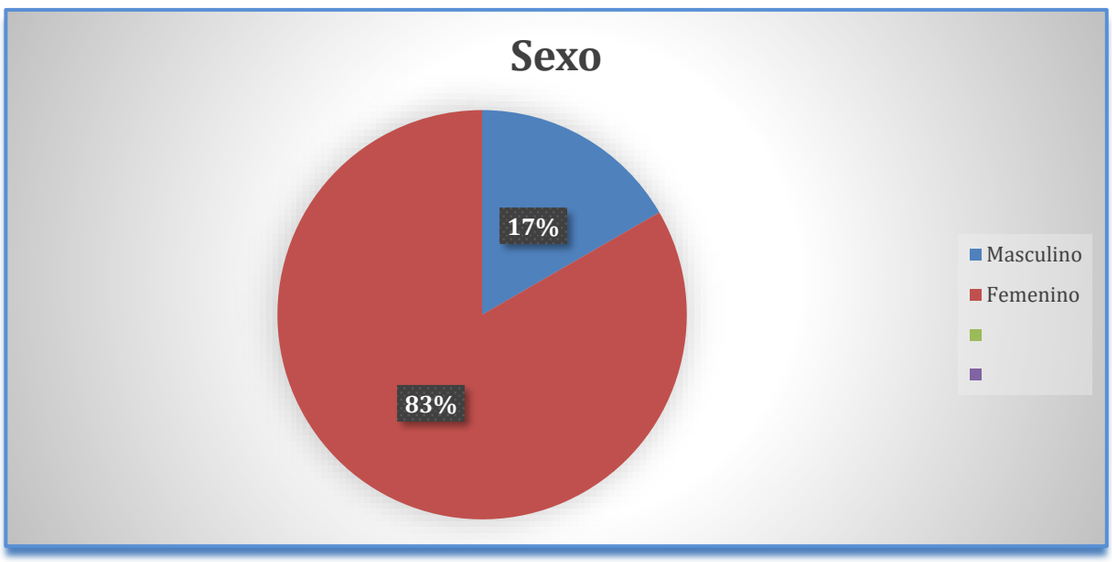
Sexo		ENFOQUE DIFERENCIAL								AFILIACIÓN SGSS			ESCOLARIDAD					ZONA	
M	F	Indígena	Afrodescendi	Victima	Discapacitad	Adulto mayor	LGBTIQA+	Otro	Migrante	Contributivo	Subsidiado	No afiliado	Sin estudios	primaria	segundaria	Técnico	Universitario	Urbana	Rural
5	25	18	12	0	0	0	0	0	0	1	25	4	0	9	21	0	0	30	0

Fuente: Formatos de Asistencia de la actividad.

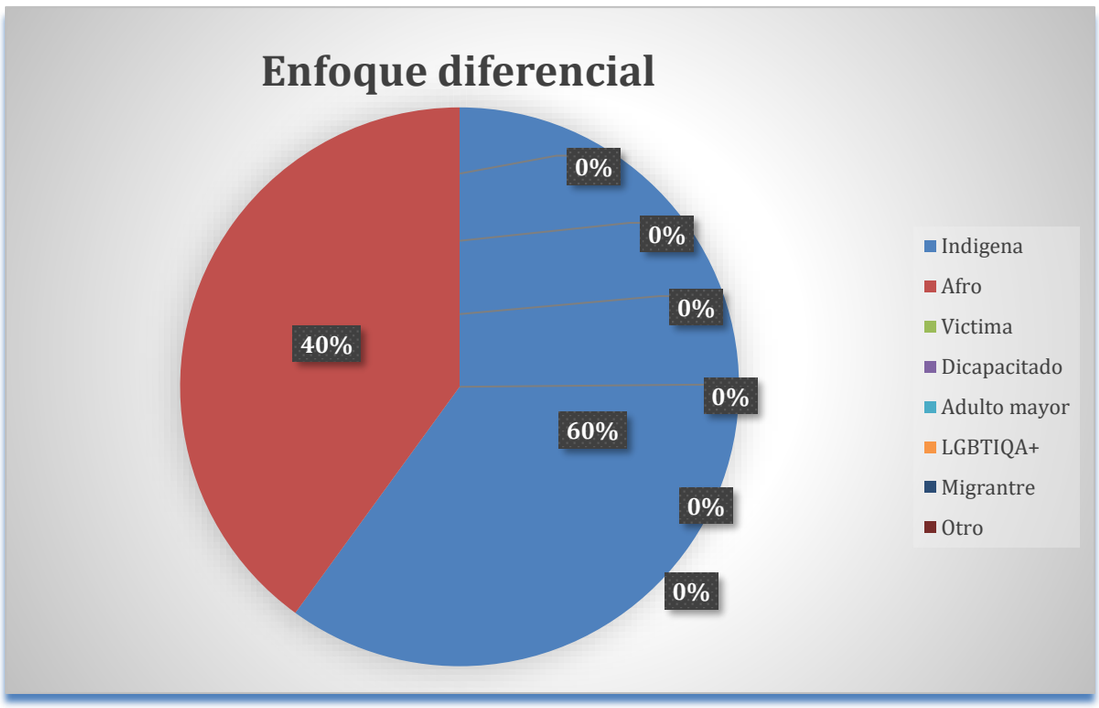
CONSOLIDACIÓN GRUPO ETARIO



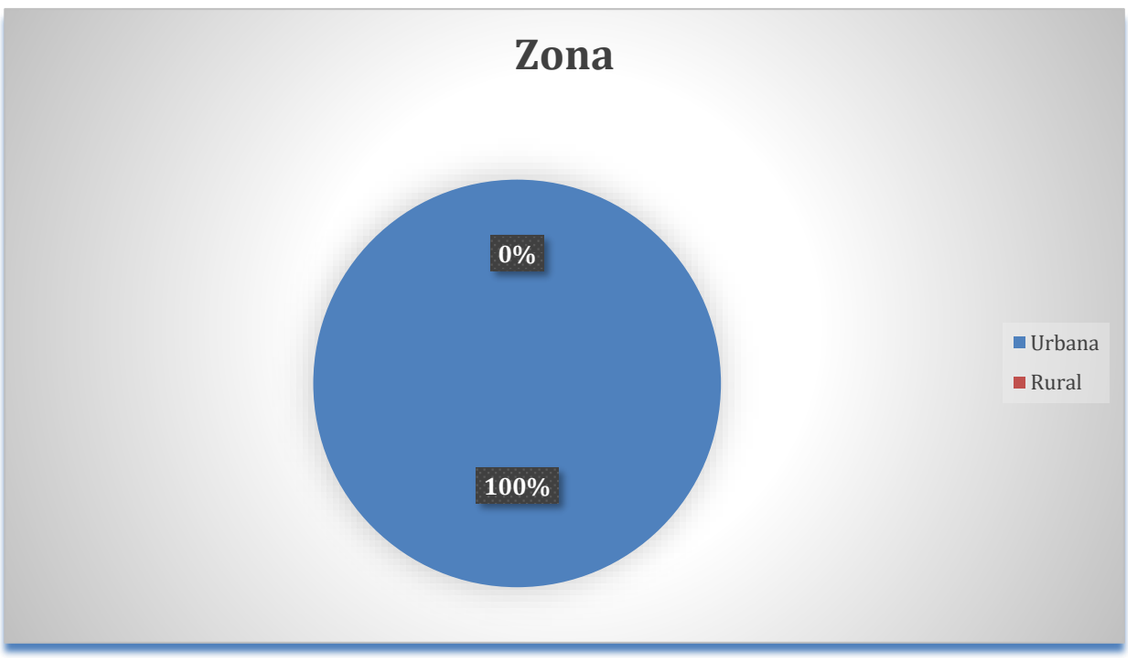
El grafico relacionado con el grupo etario detalla que por ciclo de vida un 53% fue la mayor población, la cual correspondió a jóvenes con un rango de edad de 18 a 28, frente un 47% de adultos con edades comprendidas entre los 29 a 59 años de edad.



El grafico de distribución porcentual por sexo, arroja que el 83% de la población intervenida pertenece al género femenino 17% restante correspondió al género masculino.



El grafico de distribución porcentual por grupo diferencial, Muestra que el 60% de la población intervenida son los indígenas wayuu y un 40% se identifica como afrodescendiente.



El 100% de los participantes pertenece a la zona urbana del municipio de Manaure por la ubicación de la institución sagrado corazón de Jesús, Tal como se evidencia en el grafico anterior.

Se anexa listado de asistencia.

Escaneado con CamScanner

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Unidos por el Cambio

IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

LISTADO DE ASISTENCIA

Actividad: Desarrollar dos (2) encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

Municipio: Manaure

Objetivo/ Tema: Encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia,

Dirigida por: DANIELA PIMIENTA | **Fecha:** 23/08/2023 | **Hora de Inicio:** 3:10 pm | **Hora de Finalización:** 6:20 pm

No	Nombre	Identificación	Edad	SEXO		Dirección	Teléfono	ZONA		ENFOQUE DIFERENCIAL								AFILIACIÓN A SGSS			ESCOLARIDAD					Profesión u Ocupación	Firma	Huella
				F	M			URBANO	RURAL	INDIGENA	AFRODESCEN.	VICTIMA	DISC	ADULTO MAYOR	LGTBIQA+	OTRO	MIGRANTE	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO AFILIADO	SIN ESTUDIOS	PRIMARIA	SECUNDARIA	TECNICOS	UNIVERSITARIO			
1	Yadelis Royero	1.124.008467	35	✓		10 de Marzo	302331 0702	✓			✓								✓			✓				Ama de Casa.	Yadelis Royero	
2	Dayanis barrientos	30299560	22	✓		10 de Marzo	313671 3693	✓			✓									✓			✓			Ama de casa	Dayanis	
3	Johana Silva	20283665	41	✓		10 de Marzo	300305 4563	✓												✓		✓				Ama de casa	Johana Silva	
4	Angelica Uriana	1124404 764	43	✓		10 de Marzo	314514 1379	✓		✓									✓				✓			Ama de casa	Angelica U.	
5	Kendris Arias	1124401 802	33	✓		10 de Marzo	312852 0726	✓			✓								✓				✓			Ama de casa	Kendris	
6	Laura Urariyú	1192760 321	25	✓		10 de Marzo	323359 0623	✓		✓									✓				✓			Ama de casa	Laura U.	
7	Karen Sanchez	1123998 866	37	✓		10 de Marzo	318589 2157	✓			✓								✓				✓			Ama de casa	Karen Sanchez	
8	Cristofer Aguilar	1006902 54	24		✓	10 de Marzo	301235466	✓		✓								✓					✓			Conductor	Cristofer	
9	Juana Aragón	1124411 384	28	✓		10 de Marzo	322540 7748	✓			✓								✓				✓			Ama de casa	Juana Aragón	
10	Maria Ipuana	1124402 303	30	✓		10 de Marzo	320629 5599	✓		✓									✓				✓			Ama de casa	Maria Ipuana	

Unidos por el Cambio
República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

Escaneado con CamScanner

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Unidos por el Cambio

IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

LISTADO DE ASISTENCIA

Actividad: Desarrollar dos (2) encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

Municipio: Manaure

Objetivo/ Tema: Encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia,

Dirigida por: DANIELA PIMIENTA | **Fecha:** 23/08/2023 | **Hora de Inicio:** 3:10 pm | **Hora de Finalización:** 6:20 pm

No	Nombre	Identificación	Edad	SEXO		Dirección	Teléfono	ZONA		ENFOQUE DIFERENCIAL								AFILIACIÓN A SGSS			ESCOLARIDAD					Profesión u Ocupación	Firma	Huella
				F	M			URBANO	RURAL	INDIGENA	AFRODESCEN.	VICTIMA	DISC	ADULTO MAYOR	LGTBIQA+	OTRO	MIGRANTE	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO AFILIADO	SIN ESTUDIOS	PRIMARIA	SECUNDARIA	TECNICOS	UNIVERSITARIO			
1	Yarielis Uriano	1124406766	38	✓		10 de Marzo	3135601646	✓		✓									✓				✓			Ama de casa		
2	Saray Cabeza	1143626613	20	✓		10 de Marzo	3142670391	✓			✓								✓				✓			Estudiante		
3	Ronaldo Epieyu	1124372257	37		✓	10 de Marzo		✓		✓									✓			✓						
4	Jesus Epieyu	1082901675	23		✓	10 de Marzo		✓		✓									✓			✓						
5	Laureano Epieyu	1092501663	30		✓	10 de Marzo		✓		✓									✓			✓						
6	Raul Zuñiga		19		✓	10 de Marzo	3216370980	✓		✓									✓				✓			Moto taxi		
7	Beatriz Uriano	40.950.592	43	✓		10 de Marzo		✓		✓									✓			✓						
8	Arelis Fajardo	1124413520	26	✓		10 de Marzo		✓		✓									✓				✓					
9	Maria Uriano	1124400902	33	✓		10 de Marzo		✓		✓									✓			✓						
10	Adalys Epieyu	1124761551	25	✓		10 de Marzo		✓		✓									✓				✓					

Unidos por el Cambio
República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

Escaneado con CamScanner

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

LISTADO DE ASISTENCIA

Unidos por el Cambio

IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

Actividad:
Desarrollar dos (2) encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

Municipio: Manaure

Objetivo/ Tema: Encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos en el municipio, sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia,

Dirigida por: DANIELA PIMIENTA | **Fecha:** 23/08/2023 | **Hora de Inicio:** 3:10 pm | **Hora de Finalización:** 6:20 pm

No	Nombre	Identificación	Edad	SEXO		Dirección	Teléfono	ZONA		ENFOQUE DIFERENCIAL								AFILIACIÓN A SGSS			ESCOLARIDAD					Profesión u Ocupación	Firma	Huella
				F	M			URBANO	RURAL	INDIGENA	AFRODESCEN.	VICTIMA	DISC	ADULTO MAYOR	LGTBIQA+	OTRO	MIGRANTE	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO AFILIADO	SIN ESTUDIOS	PRIMARIA	SECUNDARIA	TECNICOS	UNIVERSITARIO			
1	Denis Uriana		46	✓		10 de Marzo	3133595572	✓		✓									✓				✓			Ama de casa	Selsa	
2	Yarina Uriana	1124.404 767	34	✓		10 de Marzo	3225651343	✓		✓									✓				✓			Ama de casa	Yarina	
3	Loida Alarcon	1124379633	18	✓		10 de Marzo	3132910784	✓		✓									✓				✓			Estudiante	loida alarcón	
4	Anatoria Alarcon	1006 910 142	23	✓		10 de Marzo	3132910384	✓		✓									✓				✓			Ama de casa	Ana Alarcón	
5	Irma Atencio	1140375 643	27	✓		10 de Marzo	3125195847	✓			✓								✓				✓			oficio varios	Irma Atencio	
6	Adrianis Santiago	30394475	21	✓		10 de Marzo	3145141324	✓		✓										✓			✓				Adrianis S.	
7	Nelva Moran		79	✓		10 de Marzo	3003054363	✓			✓			✓						✓		✓					NELVA	
8	Shirley Aragon	1124368867	18	✓		10 de Marzo	3225407748	✓			✓								✓				✓			Estudiante	Shirley Aragon	
9	Maira Gonzalez	1138067198	23	✓		10 de Marzo	3205613429	✓		✓									✓			✓				Ama de casa	Maira Alejandra Gon	
10	Francisca arregoces	1.124383 142	18	✓		10 de Marzo	3227496449	✓			✓								✓				✓			Estudiante	Francisca	

Unidos por el Cambio
República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL
IPSI AYUULEEPALA
Préstamos Servicios de Salud con Sentido Social

Consentimiento para tomar fotos y videos

República de Colombia
Departamento de La Guajira
SECRETARIA DE SALUD
DEPARTAMENTAL

CONSENTIMIENTO DE LA AUTORIDAD Y/O LIDER

Fecha: 23 agosto 2023

YO Karen Sanchez, identificado con cedula de ciudadanía número 40756715 de manaure en mi calidad de

Presidente de barrio

AUTORIZO Si NO AUTORIZO_____

Al personal de salud de los equipos del PIC DEPARTAMENTAL de Manaure, a tomar fotos, grabar videos y/o audios en la comunidad solo con fines misionales del plan de intervenciones colectivas con la debida protección de la información y el respeto con las personas de las comunidades wayuu.

Karen Sanchez
Firma de la Autoridad y/o líder

Huella

Escaneado con CamScanner

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DE LA ACTIVIDAD
ACTIVIDAD: Desarrollar 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio.

	
Lugar: Barrio 10 de marzo **Fecha:** 23 de agosto 2023	**Lugar**: Barrio 10 de marzo **Fecha:** 23 de agosto 2023
	
Lugar: Barrio 10 de marzo **Fecha:** 23 de agosto 2023	**Lugar**: Barrio 10 de marzo **Fecha:** 23 de agosto 2023

CONCLUSIÓN

Desde la Dimensión de convivencia Social y Salud Mental llevo a cabo desarrollo de 2 encuentros comunitarios psicoeducativos para jóvenes y adultos del municipio de Manaure sobre el cuidado de la salud mental y la sana convivencia, en las (zona rural y urbana) del territorio. Cumpliendo con el alcance de todos lo objetivos establecidos, partiendo de que del cuidado de la salud mental y convivencia saludable en los individuos son aspectos fundamentales para el buen desarrollo de la calidad de vida de cada persona.

el autocuidado puede ayudar a controlar el estrés, disminuir su riesgo de contraer enfermedades y aumentar su nivel de energía. Hasta algunas acciones pequeñas para dedicar un poco de tiempo a sí mismo en la vida diaria pueden generar un gran impacto que genere un futuro pleno y exitoso.

Estas actividades se realizaron utilizando diversas metodologías como:

- Perifoneo en vehículos con el acompañamiento del personal de la dimensión prioritaria Convivencia Social y Salud Mental (Referente, Promotoras y auxiliar) –
- Implementación de las redes sociales (Facebook, Instagram) donde se resaltan las actividades de la dimensión.

Se logró psicoeducar, promover acciones positivas en las comunidades intervenidas, a través de la transmisión de un conjunto de pautas o estrategias en pro de la adecuada salud integral, impactando en gran manera de cada uno de los habitantes de la comunidad de Ishashimana y del Barrio 10 de marzo.

La mayor población intervenida se centró en los adultos de 29-59, la mayoría de ellos del género femenino, se desarrolló el encuentro tanto en la zona urbana como en la zona rural, la mayor población asistente perteneció al enfoque diferencial indígena wayuu, sin ninguna discapacidad, ninguno de ellos se considera victimas y de igual manera no se registró población migrante. Gran parte de los asistentes están o alcanzaron a cursar la etapa escolar segundaria.

Basado en lo anterior se establece que la dimensión prioritaria de Convivencia Social y Salud Mental, realizo las actividades estipuladas en el plan de salud pública de intervenciones colectiva PSPIC, de manera satisfactoria.