Ser Saludable

ser tu, vale

# APLICACIÓN MOVIL

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA | Secretaría de Desarrollo de la Salud

| CONTROL DE ACTIVIDADES |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Diseño y desarrollo de una Aplicación móvil de salud mental, con mínimo dos años garantizados de funcionamiento, enfocada en la promoción de salud mental, que contenga información, líneas de ayudas, casos de ejemplo, mensajes de qué hacer en situaciones difíciles. |

**APLICACIÓN MOVIL**
SALUD AMBIENTAL

## OBJETIVO

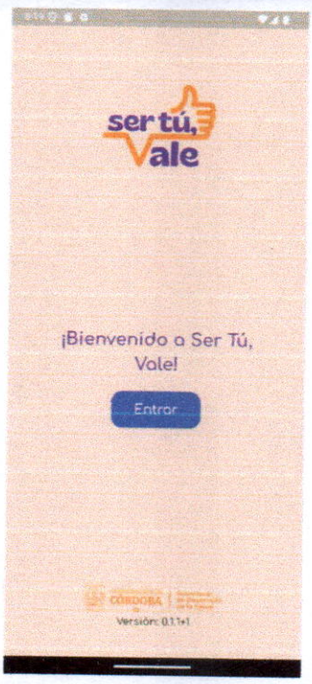
La aplicación Ser Tú, Vale fue diseñada para correr en plataformas móviles, especialmente teléfonos celulares y tablets, con tecnología IOS y Android.

El objetivo de este documento es servir de manual para el manejo de la aplicación para un usuario final.

## FUNCIONAMIENTO DE LA APP

La App, una vez descargada al teléfono del usuario desde alguna de las plataformas de Google o Apple, se instalará y quedará con un acceso directo en el dispositivo.

## PANTALLA DE INICIO

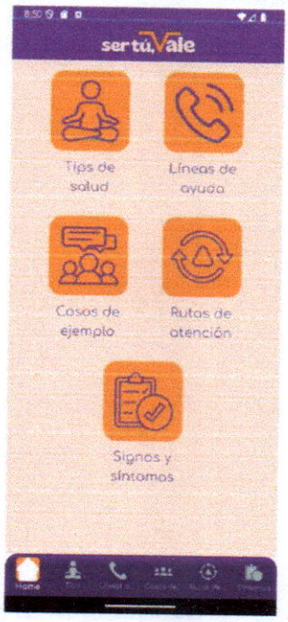



Al abrir la aplicación, se muestra la pantalla de bienvenida, que incluye:

- El logo de la aplicación.
- El logo de la Gobernación de Córdoba.
- El número de versión de la aplicación.

Esta pantalla sirve como introducción antes de acceder a las funcionalidades principales de la app.

## PANTALLA PRINCIPAL




La pantalla principal actúa como el centro de navegación de la aplicación. Desde esta pantalla, los usuarios pueden acceder directamente a las cinco secciones principales de la app de dos maneras:

- Íconos grandes en el cuerpo de la pantalla: Cada ícono representa una de las secciones principales (Tips de Salud Mental, Líneas de Atención, Casos de Ejemplo, Rutas de Atención y Signos y Síntomas de Alerta).
- Íconos de acceso rápido en el footer: Estos íconos permiten un acceso fácil y rápido a las secciones, mejorando la navegación.

Interacción:

- Toca cualquiera de los íconos grandes o del footer para ingresar a la sección correspondiente.
- La disposición intuitiva de los accesos facilita la exploración de los contenidos.

## PANTALLA DE TIPS DE SALUD




Descripción: Esta sección ofrece recomendaciones prácticas para mejorar la salud mental, como:

- Realizar ejercicio físico regularmente.
- Mantener el contacto social.
- Buscar ayuda profesional cuando sea necesario.

Estructura:

- Listado de tips: Se muestra un listado con una breve descripción de cada tip.
- Detalle del tip: Al seleccionar un tip, se accede a una descripción ampliada que puede incluir un video asociado alojado en YouTube.

Interacción:

- Navega por el listado deslizando hacia arriba o abajo.
- Toca cualquier tip para ver los detalles.

## PANTALLA DE LÍNEAS DE ATENCIÓN

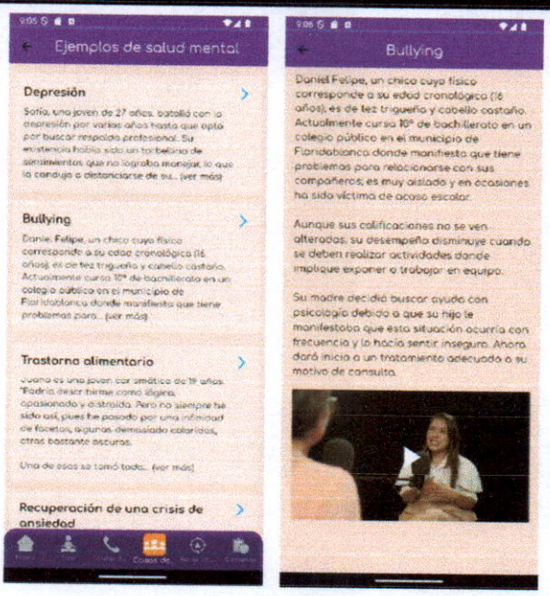



Descripción: Proporciona una lista de números de teléfono importantes para recibir atención inmediata en temas de salud mental.

Interacción:

- Los números son interactivos: al tocarlos, se realiza una llamada directamente desde el teléfono.

## PANTALLA CASOS DE EJEMPLO




Descripción: Esta sección presenta historias de personas que enfrentaron problemas relacionados con la salud mental y cómo los resolvieron o mitigaron.

Estructura:

- Listado de casos: Se muestra una lista con un resumen de cada caso.
- Detalle del caso: Al seleccionar un caso, se accede a una descripción más completa que puede incluir un video asociado alojado en YouTube.

Interacción:

- Explora el listado de casos deslizando hacia arriba o abajo.
- Selecciona un caso para ver los detalles.

**PANTALLA DE RUTAS DE ATENCIÓN**

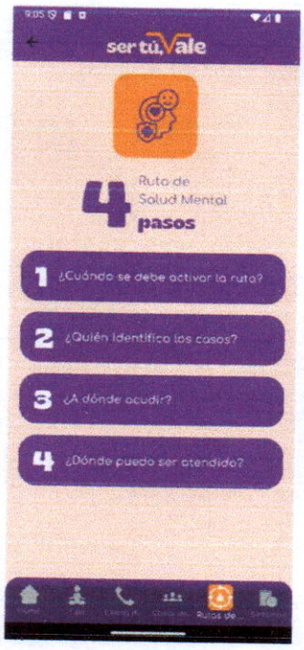
Descripción: Explica las acciones que deben tomarse en caso de identificar algún síntoma de salud mental.

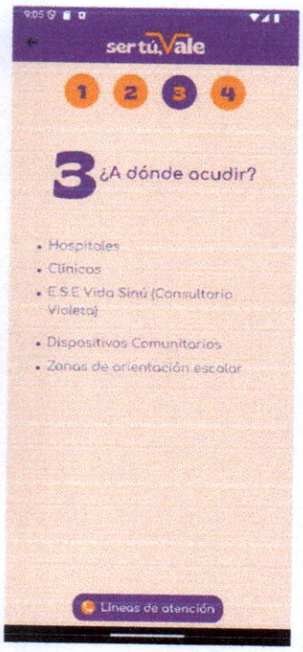
Estructura:

La información está organizada en cuatro pasos, cada uno mostrado en una pantalla diferente:

1. Cuándo se deben activar las rutas: Situaciones que requieren atención inmediata.
2. Quién identifica los casos: Personas o entidades responsables de detectar los síntomas.
3. A dónde acudir: Lugares recomendados para buscar ayuda.
4. Dónde puede ser atendido: Instituciones o centros de atención disponibles.

Interacción:
Desliza lateralmente o utiliza los botones de navegación para avanzar entre los pasos.




En usuario podrá navegar en esta pantalla de detalle de las rutas arrastrando con el dedo de izquierda a derecha para avanzar y de derecha a izquierda para retroceder en la numeración de la página.

## PANTALLA DE SIGNOS Y SÍNTOMAS

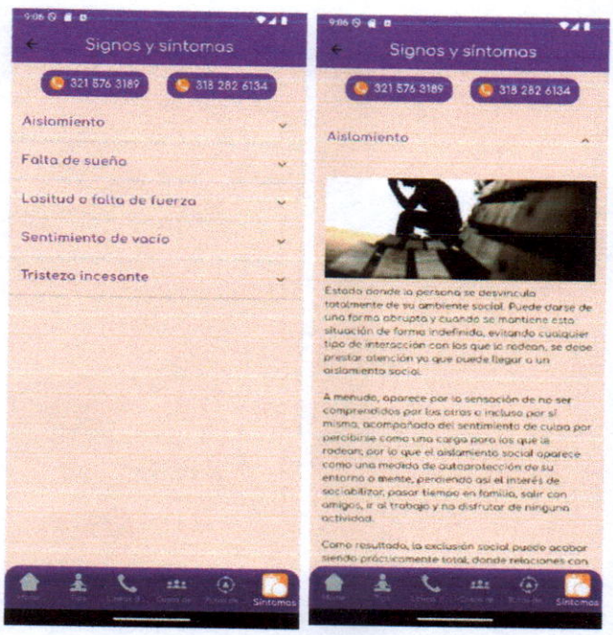
Descripción: Proporciona información sobre los signos y síntomas que pueden indicar la necesidad de buscar ayuda profesional.

Estructura:

- La información se presenta en una única pantalla con manejo de acordeones.
- Cada síntoma tiene un título visible y, al tocarlo, se despliega una descripción detallada.

Interacción:

- Toca el título de un síntoma para expandir o colapsar la descripción.




## Navegación general

- Utiliza el menú principal para acceder a cada sección.
- Usa gestos de deslizamiento o botones de navegación según corresponda. Todas las pantallas están diseñadas para ser intuitivas y fáciles de usar.

| FORMATO DE ACTA DE ENTREGA |
|---|
| PROCEDIMIENTO CONTROL DE LA INFORMACIÓN DOCUMENTADA |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Diseño y desarrollo de una Aplicación móvil de salud mental, con mínimo dos años garantizados de funcionamiento, enfocada en la promoción de salud mental, que contenga información, líneas de ayudas, casos de ejemplo, mensajes de qué hacer en situaciones difíciles |

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| La aplicación se evidenciará con la presentación de módulos de funcionamiento (pantallazos) y un manual de funcionamiento que será entregado en PDF. Además, la constancia del funcionamiento por dos años mínimo. |

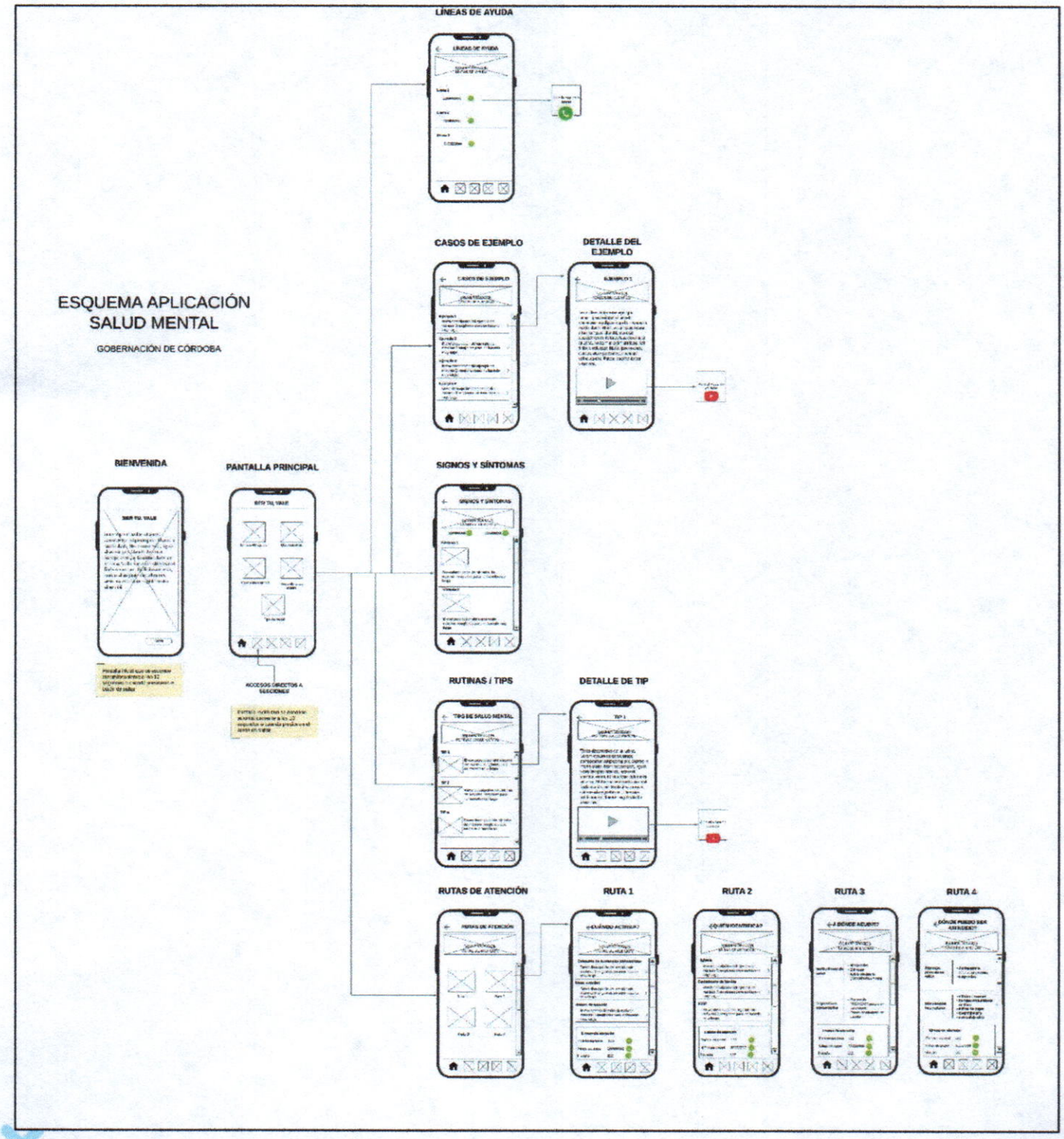



**Foto 1.** Arquitectura de aplicación

| EVIDENCIAS |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| La aplicación se evidenciará con la presentación de módulos de funcionamiento (pantallazos) y un manual de funcionamiento que será entregado en PDF. Además, la constancia del funcionamiento por dos años mínimo. |

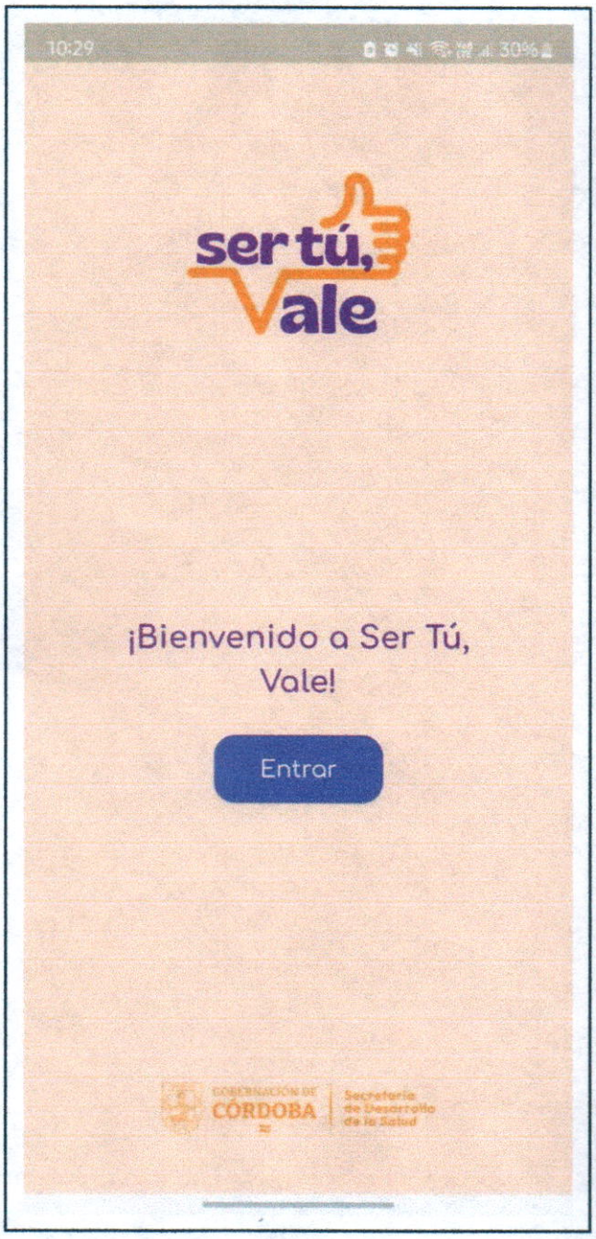



**Foto 2.** Pantallazo de bienvenida

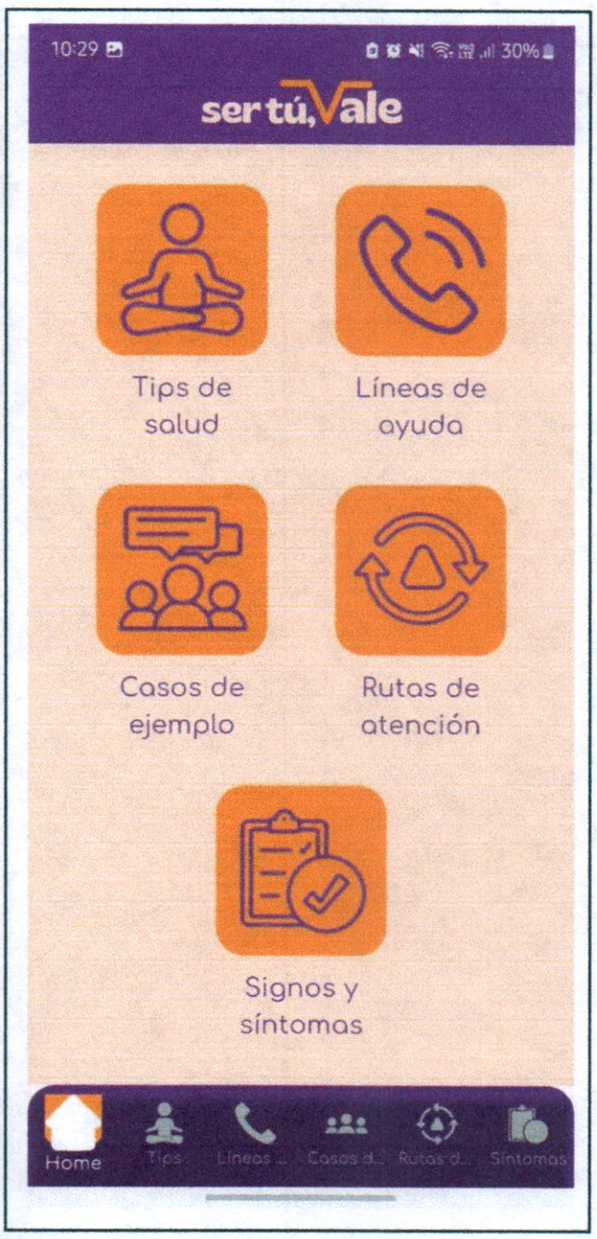



**Foto 3.** Pantallazo de pantalla principal y botones de accesos directos

| EVIDENCIAS |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| La aplicación se evidenciará con la presentación de módulos de funcionamiento (pantallazos) y un manual de funcionamiento que será entregado en PDF. Además, la constancia del funcionamiento por dos años mínimo. |

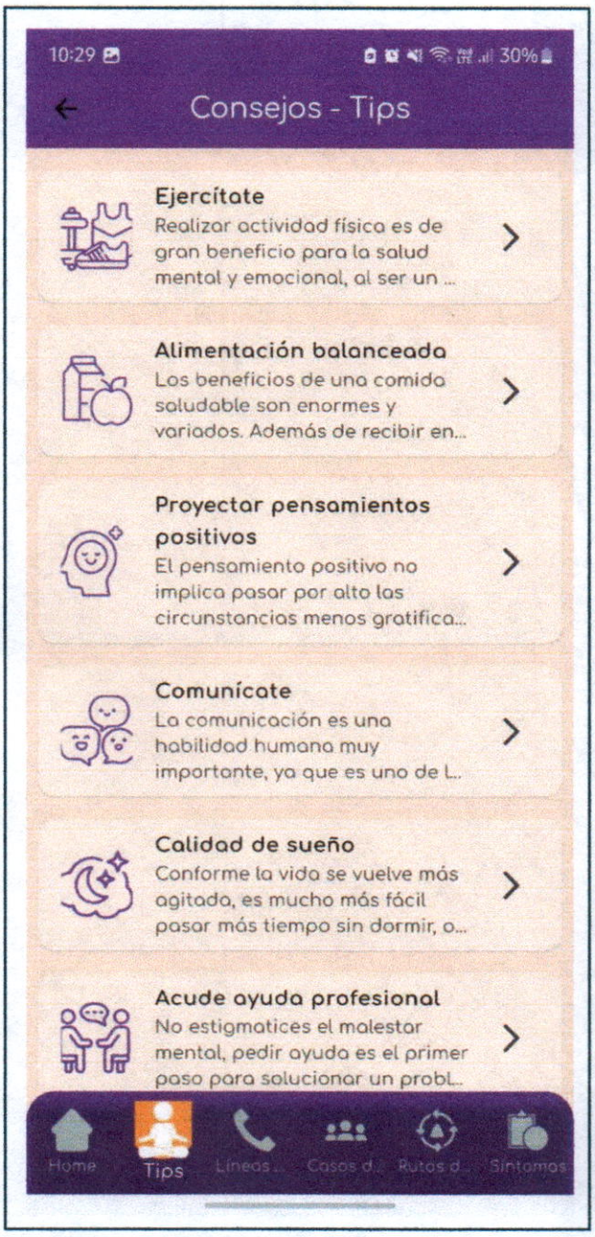



**Foto 4.** Pantallazo de consejos y tips




**Foto 5.** Pantallazo de líneas de atención

| EVIDENCIAS |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| La aplicación se evidenciará con la presentación de módulos de funcionamiento (pantallazos) y un manual de funcionamiento que será entregado en PDF. Además, la constancia del funcionamiento por dos años mínimo. |

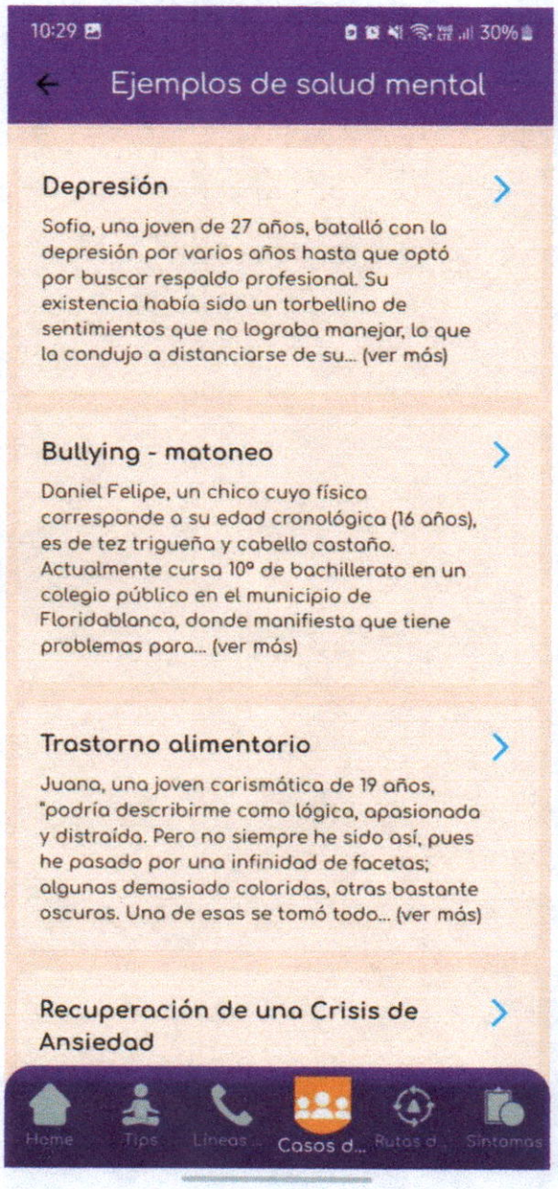



**Foto 6.** Pantallazo de ejemplos de casos de salud mental

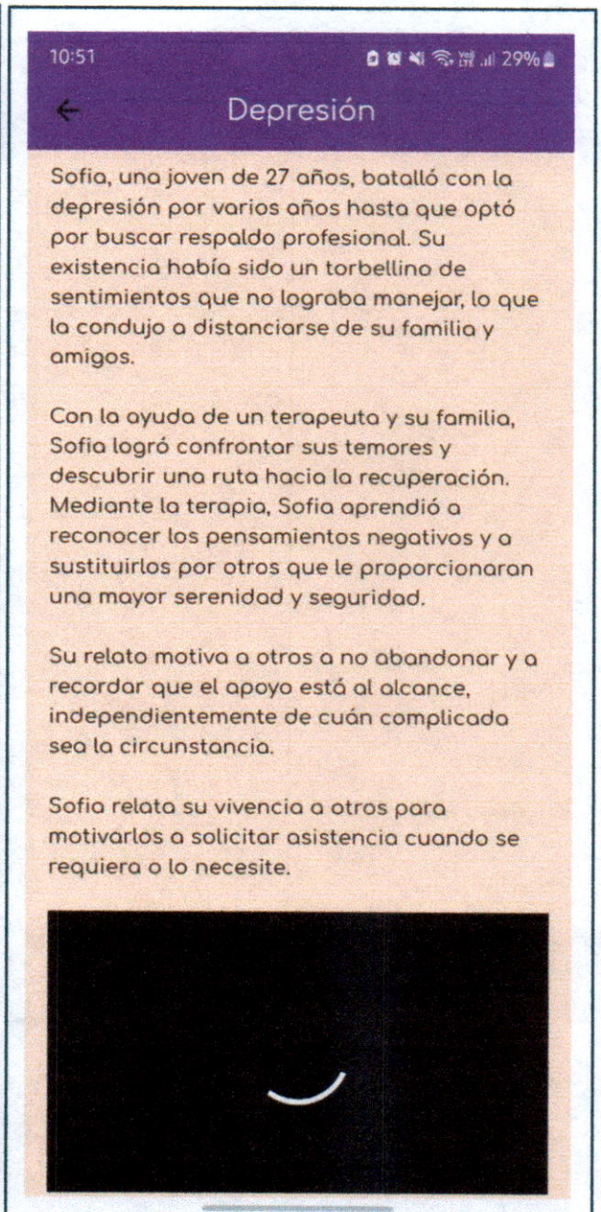



**Foto 7.** Pantallazo de detalle de ejemplos de salud mental

| EVIDENCIAS |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| La aplicación se evidenciará con la presentación de módulos de funcionamiento (pantallazos) y un manual de funcionamiento que será entregado en PDF. Además, la constancia del funcionamiento por dos años mínimo. |

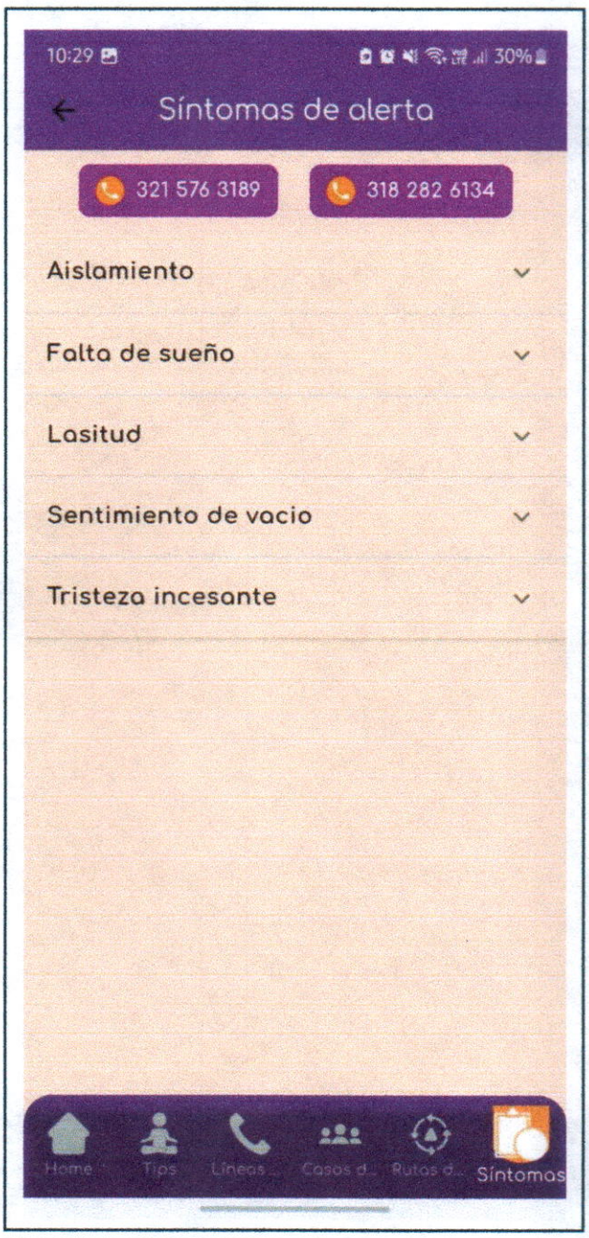



**Foto 8.** Pantallazo de signos y síntomas

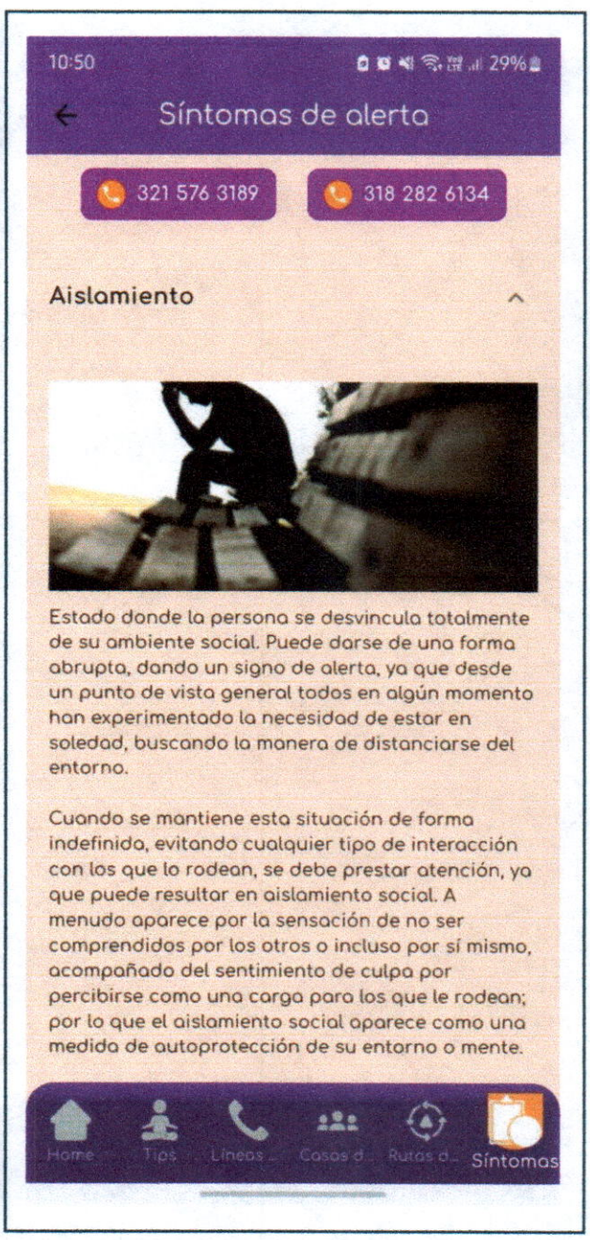



**Foto 9.** Pantallazo de detalle de síntomas

| EVIDENCIAS |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| La aplicación se evidenciará con la presentación de módulos de funcionamiento (pantallazos) y un manual de funcionamiento que será entregado en PDF. Además, la constancia del funcionamiento por dos años mínimo. |

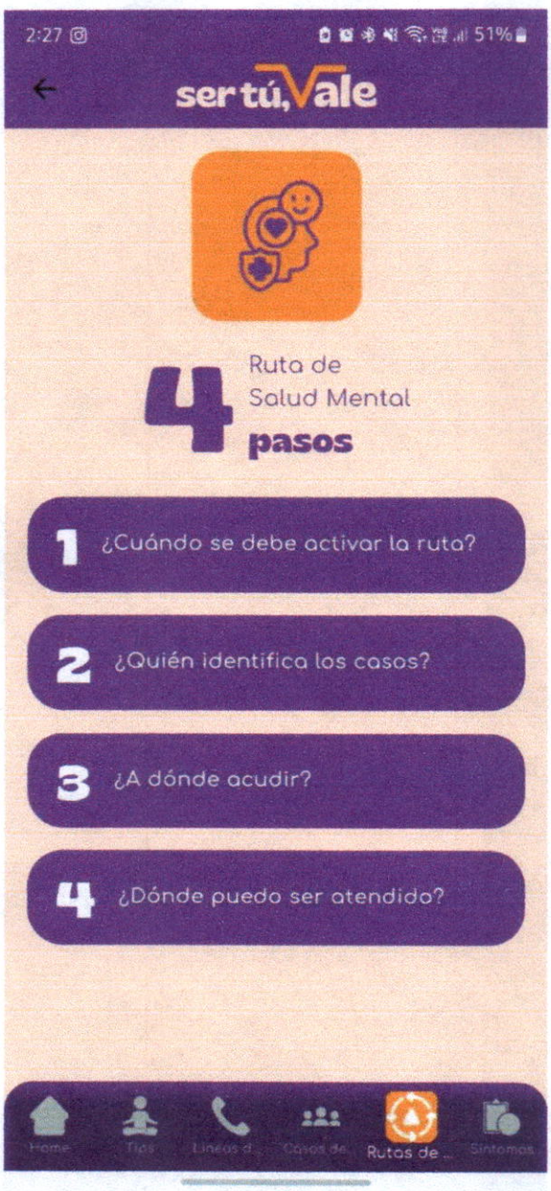



**Foto 10.** Pantallazo de rutas de atención

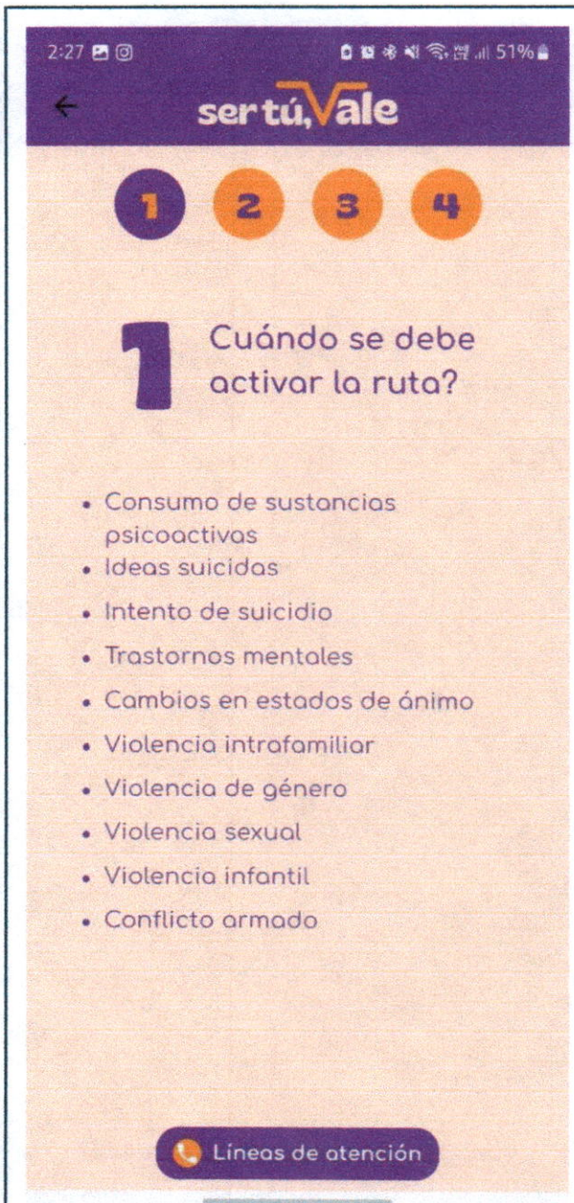



**Foto11.** Pantallazo 1 de rutas de atención

| EVIDENCIAS |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| La aplicación se evidenciará con la presentación de módulos de funcionamiento (pantallazos) y un manual de funcionamiento que será entregado en PDF. Además, la constancia del funcionamiento por dos años mínimo. |

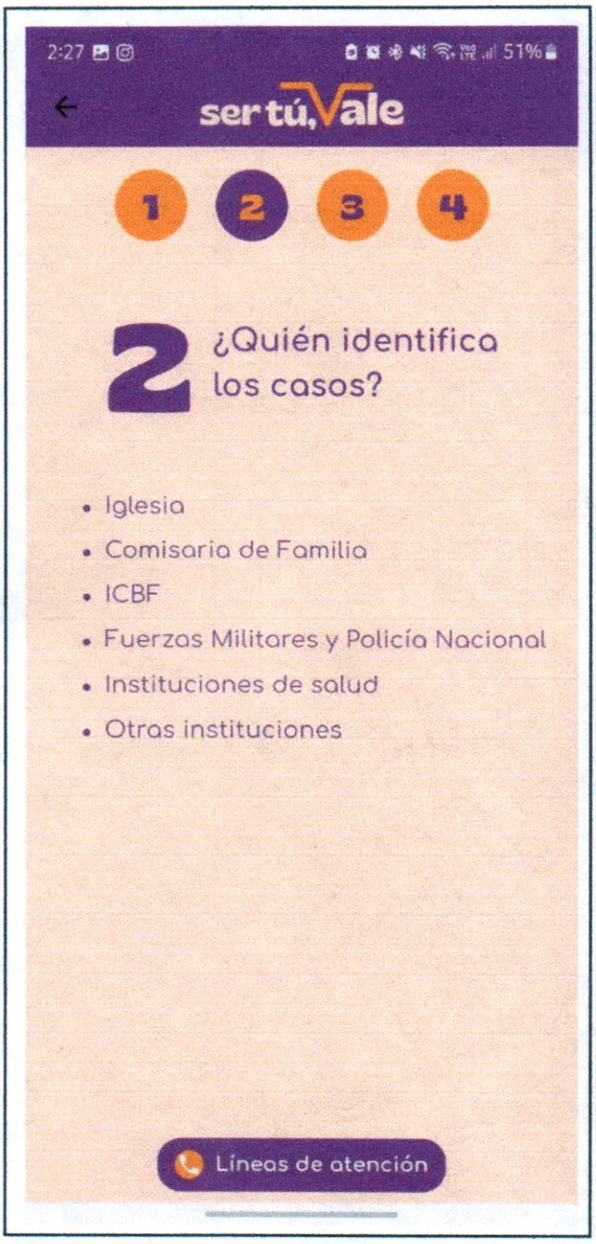



**Foto 12.** Pantallazo 2 de rutas de atención

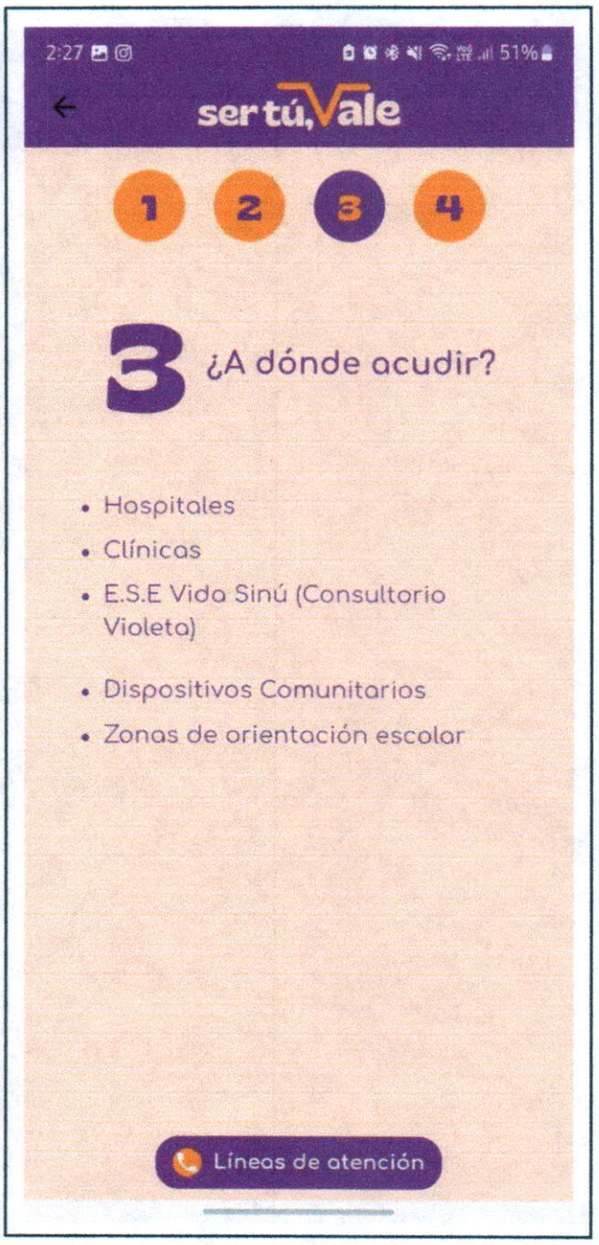



**Foto 13.** Pantallazo 3 de rutas de atención

| EVIDENCIAS |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| La aplicación se evidenciará con la presentación de módulos de funcionamiento (pantallazos) y un manual de funcionamiento que será entregado en PDF. Además, la constancia del funcionamiento por dos años mínimo. |

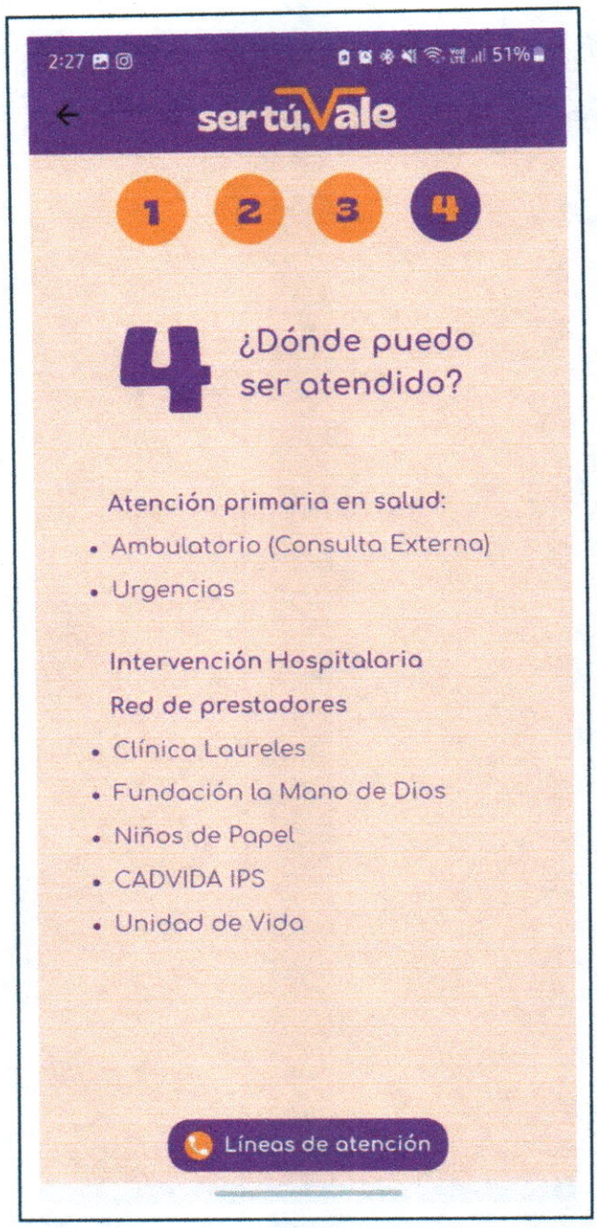



**Foto 14.** Pantallazo 4 de rutas de atención

Ser Saludable

ser tu, vale

# CONTENIDOS DE VIDEO TIPO PODCAST

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA | Secretaría de Desarrollo de la Salud

| FORMATO DE ACTA DE ENTREGA |
|---|
| PROCEDIMIENTO CONTROL DE LA INFORMACIÓN DOCUMENTADA |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Realizar el diseño y difusión en medios digitales de mensajes que permitan la cobertura en salud a la población en general, en atención a los siguientes requerimientos. |

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Informe de la producción de los contenidos par Facebook con fotografías de la grabación (2), enlace y pantallazo de la emisión. Se debe indicar las fechas de emisión. |



**Foto 1.1.** Grabación Emisión 26 de noviembre




**Foto 1.2.** Pantallazo Emisión 26 de noviembre




**Foto 1.2.** Pantallazo Emisión del 26 de noviembre

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Informe de la producción de los contenidos par Facebook con fotografías de la grabación (2), enlace y pantallazo de la emisión. Se debe indicar las fechas de emisión. |

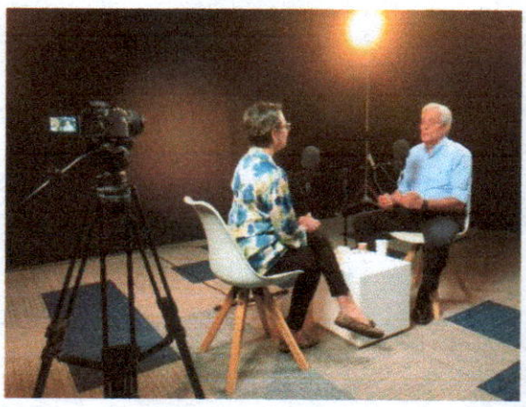


**Foto 2.1.** Pantallazo Grabación 28 de noviembre




**Foto 2.2.** Pantallazo Emisión 28 de noviembre

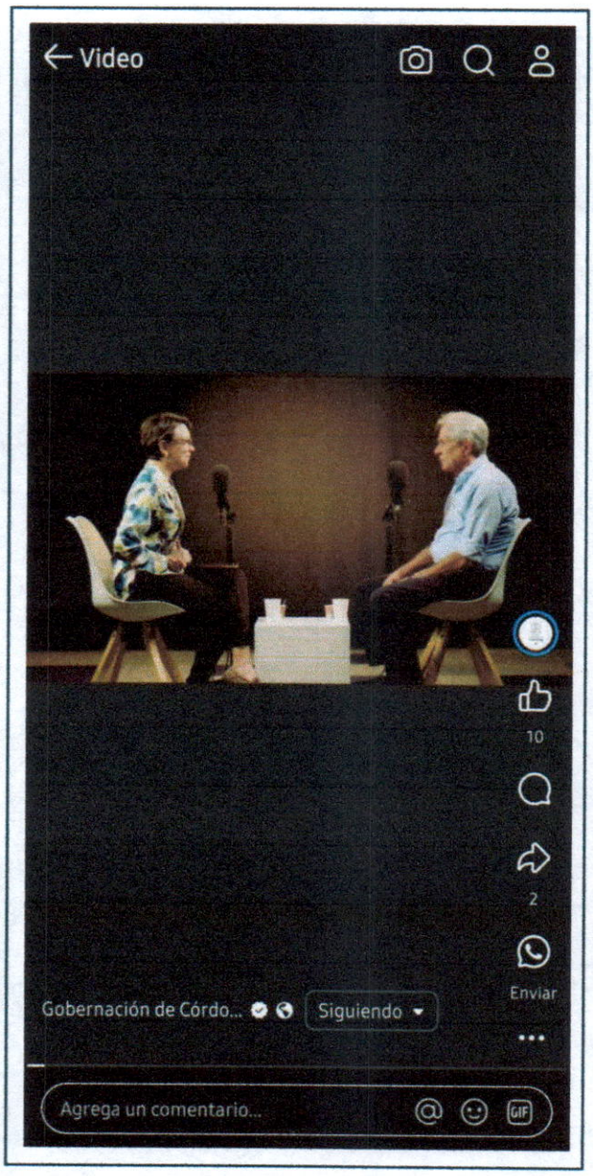



**Foto 2.3.** Pantallazo Emisión 28 de noviembre

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Informe de la producción de los contenidos par Facebook con fotografías de la grabación (2), enlace y pantallazo de la emisión. Se debe indicar las fechas de emisión. |



**Foto 3.1.** Grabación 21 de noviembre




**Foto 3.2.** Pantallazo Emisión 21 de noviembre

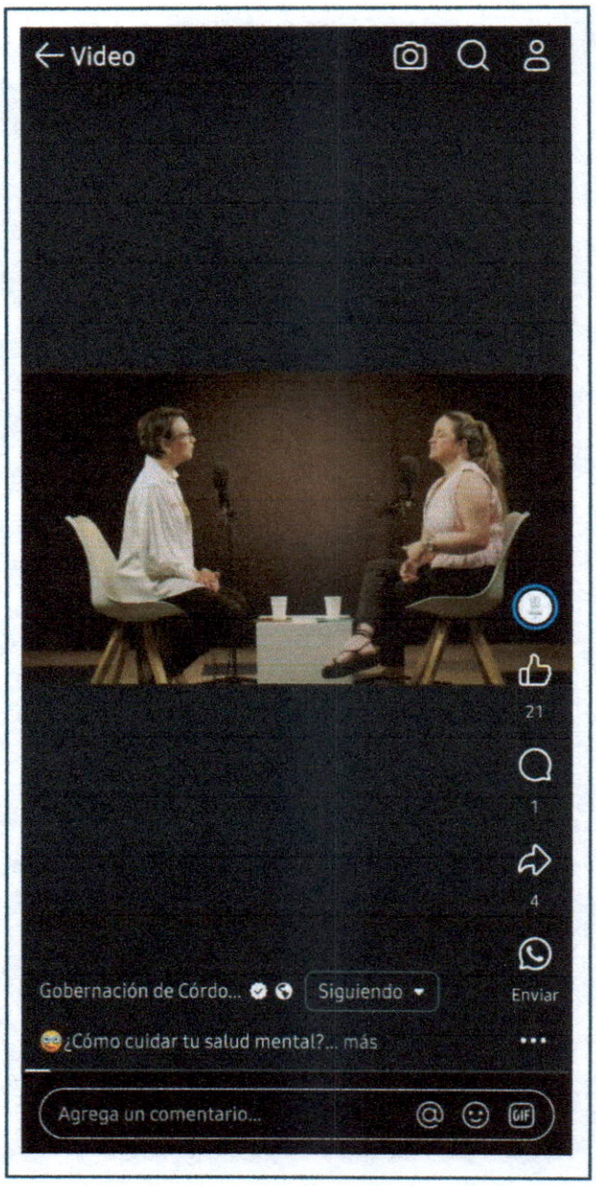



**Foto 3.3.** Pantallazo Emisión 21 de noviembre

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Informe de la producción de los contenidos par Facebook con fotografías de la grabación (2), enlace y pantallazo de la emisión. Se debe indicar las fechas de emisión. |



**Foto 4.1.** Grabación 19 de noviembre




**Foto 4.2.** Pantallazo Emisión 19 de noviembre

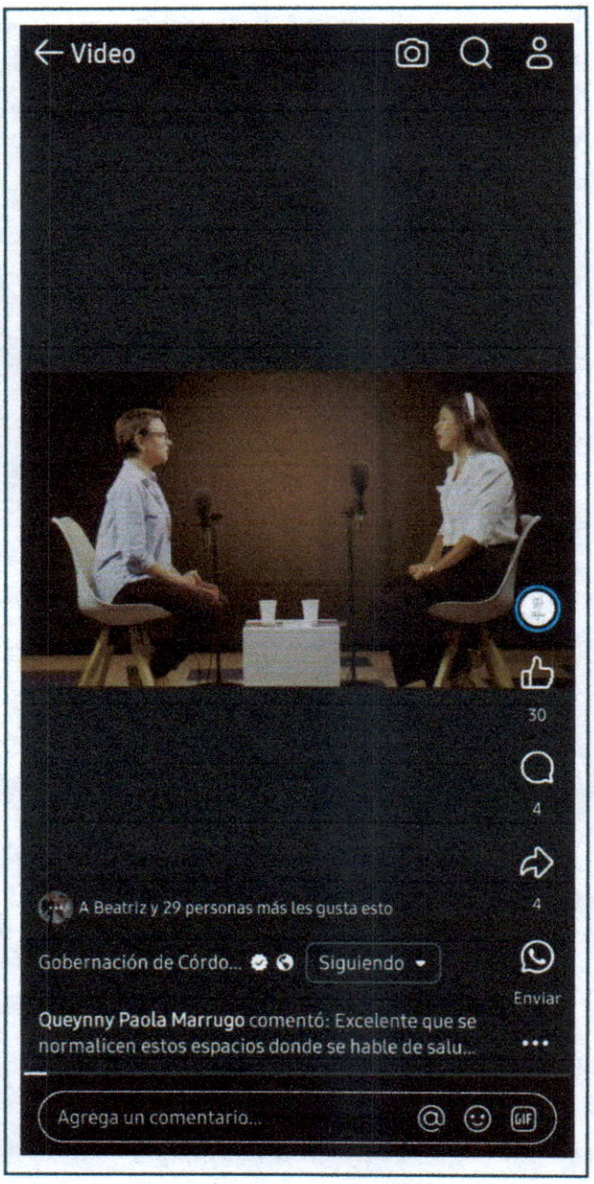



**Foto 4.3.** Pantallazo Emisión 19 de noviembre

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Informe de la producción de los contenidos par Facebook con fotografías de la grabación (2), enlace y pantallazo de la emisión. Se debe indicar las fechas de emisión. |

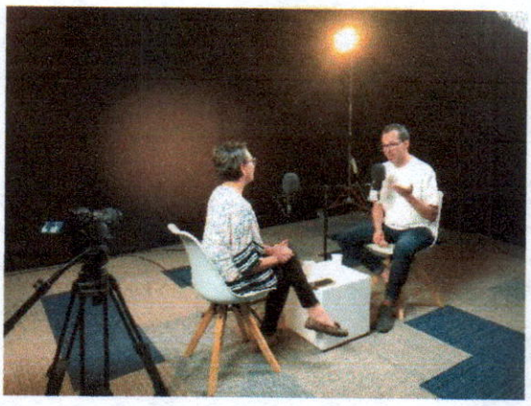


**Foto 4.1.** Grabación 11 de diciembre




**Foto 4.2.** Pantallazo Emisión 11 de diciembre




**Foto 4.3.** Pantallazo Emisión 11 de diciembre

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Informe de la producción de los contenidos par Facebook con fotografías de la grabación (2), enlace y pantallazo de la emisión. Se debe indicar las fechas de emisión. |



**Foto 4.1.** Grabación 5 de diciembre




**Foto 4.2.** Pantallazo Emisión 5 de diciembre




**Foto 4.3.** Pantallazo Emisión 5 de diciembre

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Informe de la producción de los contenidos par Facebook con fotografías de la grabación (2), enlace y pantallazo de la emisión. Se debe indicar las fechas de emisión. |



**Foto 4.1.** Grabación 3 de diciembre




**Foto 4.2.** Pantallazo Emisión 3 de diciembre




**Foto 4.3.** Pantallazo Emisión 3 de diciembre

Ser Saludable

ser tu, vale

## OBLIGACIÓN 4.

Realizar la gestión de producción y difusión de mensajes clave para la salud que permitan la cobertura a la población en general, de acuerdo a las siguientes consideraciones.

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA | Secretaría de Desarrollo de la Salud

Ser Saludable

ser tu, vale

# GUIONES

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA | Secretaría de Desarrollo de la Salud

## CUÑAS RADIALES EN EMISORAS AM Y FM

| CONTROL DE ACTIVIDADES |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| PRODUCCIÓN de cuñas radiales, guion institucional con un mensaje de impacto, grabación a 2 voces musicalización y entrega final. |

## GUIONES PARA CUÑAS RADIALES

| **Tema:** Salud Mental |
| --- |
| Hablemos sobre salud mental.<br>Recuerda que cuidar tu mente es tan importante como cuidar tu cuerpo. No estás solo, busca ayuda y comparte tus sentimientos.<br>¡Tu bienestar importa!<br>Comunícate a las Líneas de atención de salud mental: 3215763189 – 3182826134 |

| **Tema:** Auto-cuidado |
| --- |
| Hoy es el día perfecto para practicar el auto - cuidado.<br>Dedica unos minutos a ti mismo: medita, lee un libro o simplemente respira.<br>Pequeños momentos pueden hacer una gran diferencia en tu salud mental.<br>Comunícate a las Líneas de atención de salud mental: 3215763189 – 3182826134 |

| **Tema:** Empatía |
| --- |
| En este día, fomentemos la empatía. Escucha a quienes te rodean y ofréceles tu apoyo. A veces, solo necesitamos que alguien nos escuche. Juntos podemos hacer un cambio positivo.<br>Comunícate a las Líneas de atención de salud mental: 3215763189 – 3182826134 |

| **Tema:** Estrés |
| --- |
| Hoy es un buen día para hablar sobre el estrés.<br>Identifica lo que te genera tensión y busca maneras de manejarlo: ejercicios, respiración, o una buena charla con un amigo.<br>¡Tu salud mental merece atención!<br>Comunícate a las Líneas de atención de salud mental: 3215763189 – 3182826134 |

| **Tema:** Salud Mental |
| --- |
| Por tu salud mental trabaja en ti, ponte como prioridad, cierra ese ciclo que te lastimó, perdónate, sé amable contigo y elige el camino que te haga más feliz.<br>Comunícate a las Líneas de atención de salud mental: 3215763189 – 3182826134 |

| **Tema:** Signos de Alerta |
| --- |
| Conoce los 3 signos de alerta para buscar ayuda: Si pierdes el interés en cosas que habitualmente te interesaban, si estás durmiendo mal o tienes alteraciones de sueño, si en tu lenguaje hay desesperanza. El paso para seguir es reconocer que estás en riesgo.<br>Comunícate a las líneas de atención en salud mental 3215763189 – 3182826134 |

**VIDEOS DE 1.00MIN**

| CONTROL DE ACTIVIDADES |
| --- |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| PRODUCCIÓN y postproducción de guion institucional para video con mensaje de impacto |

**GUIONES**

| **VIDEO 1**<br>**TEMA:** Introducción a la Salud Mental |
| --- |
| PRESENTADOR:<br>¡Hola! Bienvenidos a nuestro espacio Tu salud mental importa, una serie de 10 contenidos en los que te guiaremos para que juntos aprendamos a cuidar nuestra salud mental.<br>¡Quédate con nosotros en este viaje hacia el bienestar!<br><br>La salud mental se refiere al bienestar emocional, psicológico y social de una persona. Afecta cómo pensamos, sentimos y actuamos en la vida cotidiana. Es fundamental para vivir de manera plena y feliz.<br><br>*Pausa breve*<br><br>Cuidar nuestra salud mental es tan vital como cuidar nuestro cuerpo. A menudo, olvidamos que nuestra mente necesita atención y cuidado. Estrés, ansiedad y otros desafíos emocionales son comunes, pero no tienes que enfrentarlos solo.<br><br>*Transición con música suave*<br><br>Durante esta serie, abordaremos temas como señales de alerta que pueden indicar problemas de salud mental, estrategias de autocuidado, y cómo hablar de nuestros sentimientos. También compartiremos recursos disponibles para ayudarte.<br><br>*Pausa breve*<br><br>Recuerda, no hay nada de malo en buscar apoyo. Todos necesitamos ayuda en algún momento. Al final del día, cuidar de nuestra salud mental es una inversión en nuestro bienestar.<br><br>*Cierre con música inspiradora*<br><br>¡Quédate con nosotros en este viaje hacia un mejor entendimiento y cuidado de nuestra salud mental! Juntos, podemos hacer la diferencia.<br><br>¡Gracias por acompañarnos hoy! |

**VIDEO 2**
**TEMA:** Señales de Alerta

*Música suave de fondo*

**Locutor:**

"¡Hola! En nuestro espacio de Tu salud mental importa, vamos a hablar sobre un tema crucial: las señales de alerta en nuestra salud mental. Reconocer estos signos puede ser el primer paso hacia el cuidado adecuado.

*Pausa breve*

Las emociones y el comportamiento pueden variar a lo largo del tiempo, pero hay ciertas señales que no debemos ignorar. Por ejemplo, si notas cambios en tu patrón de sueño, como insomnio o dormir en exceso, esto puede ser una señal de que algo no está bien.

*Transición con música suave*

Además, la falta de energía o motivación puede ser otro indicativo. Si te sientes fatigado todo el tiempo y las actividades que antes disfrutabas ya no te interesan, es momento de prestar atención.

*Pausa breve*

La irritabilidad o el aumento de la tristeza también son señales a considerar. ¿Te has sentido más ansioso o frustrado de lo habitual? Es normal tener altibajos, pero si estos sentimientos persisten, no dudes en buscar ayuda.

*Transición*

Recuerda que no estás solo. Muchas personas enfrentan desafíos similares. Hablar con un profesional puede brindarte la orientación que necesitas para superar estos momentos difíciles.

*Cierre con música inspiradora*

Si reconoces alguna de estas señales en ti mismo o en alguien cercano, actúa. La salud mental es importante y mereces el apoyo adecuado.

¡Gracias por acompañarnos hoy y cuídate!

**VIDEO 3**
**TEMA:** Estrategias de Autocuidado

*Música motivacional de fondo*

**Locutor**
Tu salud mental importa y por eso hoy en este espacio semanal vamos a hablar sobre: el autocuidado. Cuidar de nosotros mismos no es un lujo, es una necesidad y tiene un gran impacto en la salud mental.

*Pausa breve*

El autocuidado abarca una serie de prácticas que nos ayudan a mantener nuestro bienestar físico, emocional y mental. Comencemos con algo sencillo: establecer una rutina diaria. Una rutina te da estructura y estabilidad, lo que puede reducir la ansiedad.

*Transición con música suave*

Otra estrategia importante es dedicar tiempo a actividades que disfrutes. Puede ser leer un libro, hacer ejercicio, practicar un hobby o simplemente disfrutar de un paseo. Estas actividades te permiten desconectar y recargar energías.

*Pausa breve*

Además, asegúrate de priorizar el sueño. Dormir lo suficiente es esencial para tu salud mental. Intenta crear un ambiente relajante en tu habitación y establece horarios regulares para acostarte y levantarte.

*Transición*

No olvides la importancia de la alimentación. Una dieta equilibrada influye en cómo nos sentimos. Incorpora frutas, verduras y suficiente agua en tu día a día. Tu cuerpo y mente te lo agradecerán.

*Cierre con música inspiradora*

Finalmente, recuerda que el autocuidado también incluye momentos de reflexión. Tómate un tiempo para ti, medita o escribe un diario. Escuchar tus pensamientos y sentimientos es vital para mantener una buena salud mental.

**Locutor:**

¡El autocuidado es un viaje personal! Comienza hoy mismo a implementar estas estrategias y observa cómo mejora tu bienestar.

Protectores de nuestra salud mental: mantener un orden en nuestra vida permite mantener un orden en nuestra mente y emociones.

- Aprende a parar cuando es necesario.
- Dormir las horas que mi cuerpo necesita.
- Realizar movimiento corporal, puede ser de cualquier forma, ejercicio intenso, caminatas, estiramiento o yoga.
- Conciencia en el presente, aprender a vivir y disfrutar de nuestro presente es un regalo para nuestra mente y un antídoto contra la ansiedad.
- Somos seres sociales por naturaleza, en los vínculos encontramos conexión y sanación.
- Tener un espacio seguro donde puedas expresar y tramitar las emociones es transformador, no te niegues la oportunidad de ir a terapia.
- Tener claro el para que, de tu vida, así sea en las pequeñas cosas, es un factor protector de salud mental.

¡Gracias por acompañarnos y cuídate!".

**VIDEO 4**
**TEMA:** Hablar sobre Salud Mental

*Música reflexiva de fondo*

**Locutor:**

"¡Hola a todos! Hoy en nuestro espacio de Tu salud mental importa vamos a abordar un tema muy importante: la necesidad de hablar nuestros sentimientos. A menudo, los problemas emocionales se mantienen en silencio, pero romper este tabú es paso que debemos dar para cuidar nuestra salud mental.

*Pausa breve*

Hablar sobre nuestros sentimientos y experiencias no solo alivia la carga emocional, sino que también ayuda a normalizar la conversación sobre la salud mental. No debemos sentirnos avergonzados de expresar lo que estamos viviendo.

*Transición con música suave*

Si te sientes abrumado, busca a alguien en quien confíes: un amigo, un familiar o un compañero. Compartir lo que sientes puede ser liberador y puede brindarte nuevas perspectivas sobre tu situación.

*Pausa breve*

Recuerda que no tienes que enfrentarlo solo. Si sientes que tus problemas son más complejos, no dudes en buscar apoyo profesional. Un psicólogo o consejero puede ofrecerte herramientas y estrategias para manejar tus emociones.

*Transición*

Además, al compartir tu historia, puedes inspirar a otros a hacer lo mismo. Cada vez que hablamos, estamos contribuyendo a crear un entorno más comprensivo y solidario.
Cierre con música inspiradora.

Así que, la próxima vez que te sientas abrumado, ¡habla! Tu voz es poderosa y merece ser escuchada. Juntos, podemos des estigmatizar la salud mental y construir una comunidad más fuerte.

¡Gracias por estar aquí y cuídate!"

**VIDEO 5**
**TEMA:** Mitos y Realidades

*Música informativa de fondo*

**Locutor:**

"¡Hola a todos! Dedicamos esta edición de hoy para contarles los mitos más comunes sobre la salud mental. Es fundamental hablar de la realidad detrás de estos conceptos erróneos para fomentar una comprensión más clara y empática. Bienvenidos a Tu salud mental importa.

*Pausa breve*

**Mito número uno:** 'Las personas con problemas de salud mental son débiles'. ¡Falso! La salud mental afecta a todos, sin importar su fortaleza. Pedir ayuda es un signo de valentía, no de debilidad.

*Transición con música suave*

**Mito número dos:** 'La salud mental no es tan importante como la salud física'. ¡Incorrecto! La salud mental y física está interconectadas. Ignorar nuestros sentimientos puede llevar a problemas físicos y viceversa.

*Pausa breve*

**Mito número tres:** 'Los problemas de salud mental son raros'. En realidad, muchas personas enfrentan desafíos emocionales en algún momento de sus vidas. No estás solo; es más común de lo que piensas.

*Transición*

**Mito número cuatro:** 'Las personas con enfermedades mentales son peligrosas'. Este estigma perpetúa el miedo. La mayoría de las personas que enfrentan estos problemas solo buscan apoyo y comprensión.

*Cierre con música inspiradora*

Es hora de desmantelar estos mitos y construir una conversación más abierta sobre la salud mental. Al educarnos y hablar, podemos ayudar a crear un entorno más comprensivo y solidario.

¡Gracias por acompañarnos hoy y cuídate!"

**VIDEO 6**
**TEMA:** Línea de Atención 24/7

*Música tranquila de fondo*

**Locutor:**
"¡Hola a todos! Hoy queremos hablarles sobre un recurso invaluable para tu salud mental: la línea de atención 24/7 que tenemos en la gobernación de Córdoba. Si en algún momento te sientes abrumado, este servicio puede ser tu mejor aliado. Recuerda, que esto es tu salud mental importa.

*Pausa breve*

La salud mental es tan importante como la salud física, y es fundamental tener acceso a apoyo en cualquier momento. La línea de atención está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para ofrecerte la ayuda que necesitas.

*Transición con música suave*

Cuando llames, encontrarás profesionales capacitados listos para escucharte y ofrecerte orientación. No importa si estás enfrentando ansiedad, depresión o simplemente necesitas hablar con alguien. Este espacio es seguro confidencial.

*Pausa breve*

Recuerda, no estás solo. Muchas personas buscan apoyo a través de estas líneas, y eso es un paso valiente hacia el bienestar. Hablar de tus sentimientos y experiencias puede ser liberador.

*Transición*

Si sientes que la situación te sobrepasa, no dudes en marcar el número [número de línea]. Ellos están ahí para ayudarte, sin juzgarte. Tu bienestar es lo más importante.

*Cierre con música inspiradora*

Así que, la próxima vez que sientas que necesitas apoyo, recuerda que hay recursos disponibles para ti. ¡Cuida de tu salud mental y no dudes en buscar ayuda cuando la necesites!

¡Gracias por acompañarnos hoy!

**VIDEO 7**
**TEMA:** Técnicas de Relajación

*Música suave y tranquila de fondo*

**Locutor:**

"¡Hola! Hoy en Tu salud mental importa, vamos a explorar algunas técnicas de relajación que pueden ayudarte a manejar el estrés y la ansiedad. Estos momentos de calma son esenciales para cuidar nuestra salud mental.

**Pausa breve**

Una de las técnicas más efectivas es la respiración profunda. Para practicarla, busca un lugar cómodo y cierra los ojos. Inhalamos profundamente por la nariz contando hasta 4... (inhala) y mantenemos el aire en nuestros pulmones por 4 segundos... (mantén) y ahora exhalamos lentamente por la boca contando hasta 6... (exhala). Repite esto varias veces. Esto ayuda a reducir la tensión y calmar la mente.

*Transición con música suave*

Otra técnica es la visualización. Imagina un lugar que te traiga paz, como una playa o un bosque. Visualiza los colores, los sonidos y las sensaciones. Permítete sentirte en ese espacio durante unos minutos. Esto puede transportarte a un estado de tranquilidad.

*Pausa breve*

También puedes probar con la meditación. Dedica 5 a 10 minutos al día para sentarte en silencio y concentrarte en tu respiración. Si tu mente divaga, gentilmente regresa tu atención a la respiración. La meditación ayuda a aumentar la claridad mental y reducir el estrés.

*Cierre con música inspiradora*

Recuerda, incorporar estas técnicas en tu rutina diaria puede marcar una gran diferencia en tu bienestar emocional. Tómate el tiempo para cuidar de ti mismo.

¡Gracias por acompañarnos hoy y cuídate!"

**VIDEO 8**
**TEMA:** Recursos en la Comunidad

*Música animada de fondo*

**Locutor:**

"Tu salud mental importa, así que ¡Hola a todos! Hoy vamos a hablar sobre los recursos disponibles en tu comunidad para cuidar de la salud mental. Es fundamental saber que hay apoyo a tu alcance.

*Pausa breve*

Primero, muchos centros de salud ofrecen servicios psicológicos y terapias gratuitas o de bajo costo. Estos centros son un excelente punto de partida si necesitas hablar con un profesional.

*Transición con música suave*

Además, considera unirte a grupos de apoyo. Estos espacios permiten compartir experiencias con personas que están pasando por situaciones similares. La conexión con otros puede ser muy reconfortante y te ayuda a sentirte menos solo.

*Pausa breve*

También hay talleres y charlas sobre salud mental en bibliotecas y centros comunitarios. Participar en estos eventos no solo te informará, sino que también te brindará herramientas prácticas para manejar el estrés y la ansiedad.

*Transición*

Recuerda que muchas organizaciones sin fines de lucro ofrecen líneas de ayuda y servicios de asesoramiento. Puedes encontrar información sobre estos recursos en línea o en tu comunidad.

*Cierre con música inspiradora*

No dudes en buscar estos recursos y aprovechar lo que está a tu disposición. Cuidar de tu salud mental es esencial, y hay un apoyo disponible para ti.

¡Gracias por acompañarnos hoy y cuídate!"

**VIDEO 9**
**TEMA:** Cuidado de la Salud Mental en Niños

*Música suave y alegre de fondo*

**Locutor:**

"¡Hola a todos! Hoy en tu salud mental importa hablaremos sobre la importancia de cuidar la salud mental de los niños. La infancia es un periodo crucial para el desarrollo emocional, y es fundamental brindarles apoyo.

*Pausa breve*

Primero, es esencial crear un ambiente seguro y acogedor. Los niños deben sentir que pueden expresar sus emociones sin miedo al juicio. Escucharlos activamente y validar sus sentimientos es clave para su bienestar.

*Transición con música suave*

Fomenta actividades creativas como el dibujo, la música o el juego. Estas actividades no solo son divertidas, sino que también permiten a los niños expresar sus emociones de manera saludable y desarrollar habilidades de resolución de problemas.

*Pausa breve*

También es importante enseñarles habilidades de manejo del estrés. Técnicas simples, como la respiración profunda o el tiempo de descanso, pueden ayudarles a manejar la ansiedad. Practicar juntos estas técnicas puede fortalecer su confianza.

*Transición*

Mantente atento a los cambios en su comportamiento. Si notas que están más irritables, tristes o aislados, no dudes en buscar apoyo profesional. Hablar con un psicólogo infantil puede ofrecer herramientas valiosas tanto para el niño como para la familia.

*Cierre con música inspiradora*
Recuerda, cuidar de la salud mental de los niños es una inversión en su futuro. Al brindarles amor y apoyo, les ayudamos a crecer fuertes y resilientes.

¡Gracias por acompañarnos hoy y cuida de los más pequeños!"

**VIDEO 10**
**TEMA:** Cierre y Reflexión.

*Música inspiradora de fondo*

**Locutor:**

"¡Hola a todos! Hemos llegado al final de nuestra serie Tu salud mental importa, y queremos tomar un momento para reflexionar sobre lo aprendido. Aquí queda en esta red social la información disponible para consultar cuando quieras.

**Pausa breve**

La salud mental es una parte fundamental de nuestro bienestar integral. Es normal enfrentar desafíos emocionales, y lo más importante es reconocer que no estás solo. Muchos de nosotros pasamos por momentos difíciles, y buscar ayuda es un acto de valentía.

*Transición con música suave*

A lo largo de esta serie, hemos hablado sobre señales de alerta, estrategias de autocuidado, y la importancia de la comunicación. También hemos explorado recursos comunitarios y técnicas de relajación que pueden marcar una gran diferencia en tu vida.

*Pausa breve*

Recuerda, cuidar de tu salud mental no es un destino, sino un viaje continuo. Tómate el tiempo necesario para reflexionar sobre tus emociones, practicar el autocuidado y buscar apoyo cuando lo necesites.

*Transición*

Si sientes que necesitas ayuda, no dudes en contactar a un profesional o llamar a la línea de atención al [número]. Tu bienestar es una prioridad, y hay recursos disponibles para ti.

*Cierre con música inspiradora*

Gracias por acompañarnos en esta serie. Juntos, podemos crear una comunidad más comprensiva y solidaria. ¡Cuida de ti mismo y de quienes te rodean, y recuerda que siempre hay esperanza!

¡Tu salud mental importa!

Ser Saludable

ser tu, vale

## OBLIGACIÓN 5.

Diseñar, producir y/o realizar las actividades BTL (Below The Line) y acciones de comunicación que involucren a la comunidad del departamento de Córdoba.

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA | Secretaría de Desarrollo de la Salud

Ser Saludable

ser tu, vale

# ACTIVIDADES DISRUPTIVAS

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA | Secretaría de Desarrollo de la Salud

Ser Saludable

ser tu, vale

SALUD MENTAL

# LANZAMIENTO

| LANZAMIENTO SER SALUDABLE |
|---|
| PROCEDIMIENTO CONTROL DE LA INFORMACIÓN DOCUMENTADA |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |

**LANZAMIENTO ESTRATEGIA**
**SER SALUDABLE**

**Descripción de la actividad**
Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, una por cada capital subregión, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento.

**Programación de ejecución de estrategias**

| FECHA | | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 26/10/2024 | Centro Comercial Nuestro | Montería |
| 6/11/2024 | Institución Educativa Agroecológico | Tierralta |
| 8/11/2024 | Institución Educativa Carlos Adolfo Urueta | Ayapel |
| 12/11/2024 | Institución Educativa San Pedro Claver | Momil |
| 14/11/2024 | Institución Educativa Las Llanadas | Sahagún |
| 15/11/2024 | Institución Educativa El Silencio | Puerto Escondido |

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 26/10/2024 | Centro Comercial Nuestro | Montería |




**Foto 1.** Escenografía **Lanzamiento:**
Pantalla led, tarima, mobiliario, estructura para look del evento

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 26/10/2024 | Centro Comercial Nuestro | Montería |



**Foto 1, 2.** Escenografía **Lanzamiento:** Profesional en psicología



| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 26/10/2024 | Centro Comercial Nuestro | Montería |

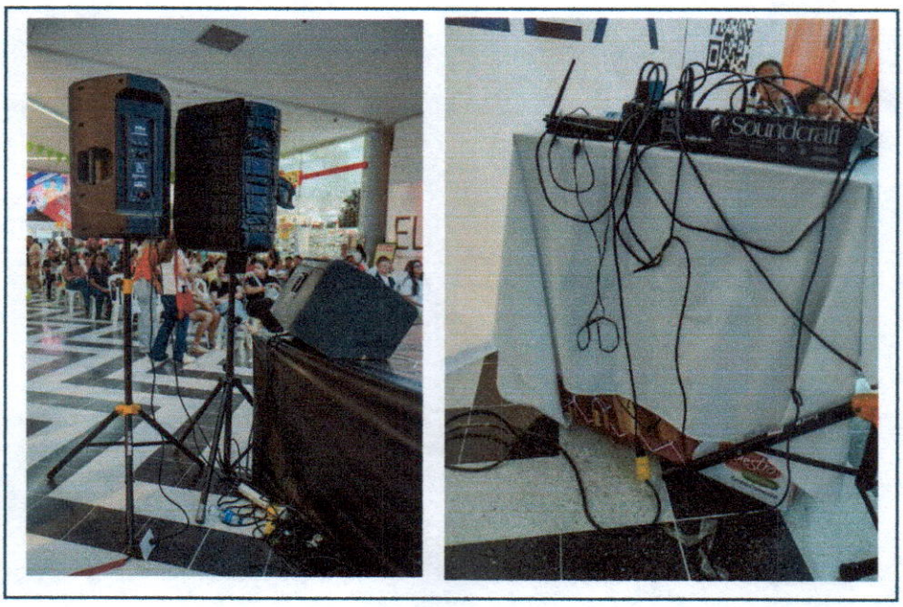






**Foto 3, 4.** Sonido para voz y pc y planta eléctrica

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 26/10/2024 | Centro Comercial Nuestro | Montería |






**Foto 5, 6.** Sillas

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 6/11/2024 | Institución Educativa Agroecológico | Tierralta |




**Foto 1.** Escenografía **Lanzamiento:**
Pantalla led, tarima, mobiliario, estructura para look del evento

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 6/11/2024 | Institución Educativa Agroecológico | Tierralta |




**Foto 1, 2.** Escenografía **Lanzamiento:** Profesional en psicología



| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 6/11/2024 | Institución Educativa Agroecológico | Tierralta |





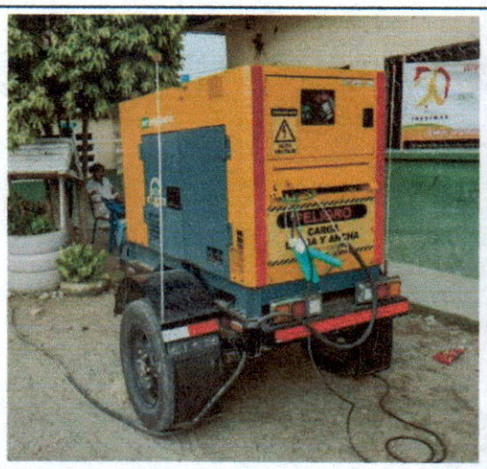




**Foto 3, 4.** Sonido para voz y pc y planta eléctrica

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 6/11/2024 | Institución Educativa Agroecológico | Tierralta |





**Foto 5, 6.** Sillas

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 8/11/2024 | Institución Educativa Carlos Adolfo Urueta | Ayapel |




**Foto 1.** Escenografía **Lanzamiento:**
Pantalla led, tarima, mobiliario, estructura para look del evento

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 8/11/2024 | Institución Educativa Carlos Adolfo Urueta | Ayapel |




**Foto 1, 2.** Escenografía **Lanzamiento:** Profesional en psicología



| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 8/11/2024 | Institución Educativa Carlos Adolfo Urueta | Ayapel |

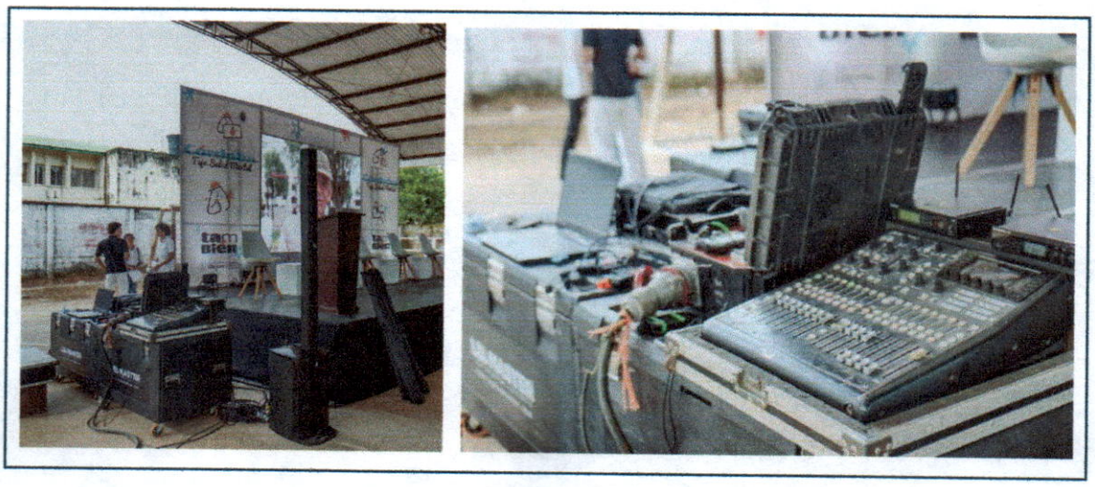




**Foto 3, 4.** Sonido para voz y pc y planta eléctrica

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 8/11/2024 | Institución Educativa Carlos Adolfo Urueta | Ayapel |

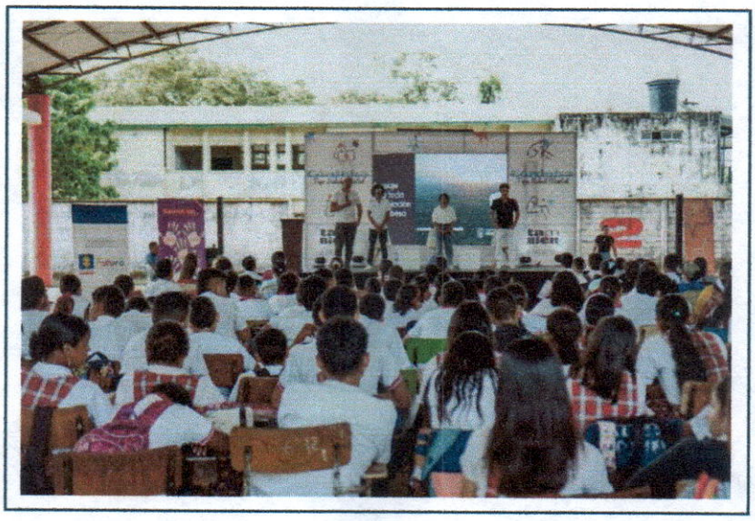




**Foto 5, 6.** Sillas

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 12/11/2024 | Institución Educativa San Pedro Claver | Momil |




**Foto 1.** Escenografía **Lanzamiento:**
Pantalla led, tarima, mobiliario, estructura para look del evento

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 12/11/2024 | Institución Educativa San Pedro Claver | Momil |




**Foto 1, 2.** Escenografía **Lanzamiento:** Profesional en psicología



| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 12/11/2024 | Institución Educativa San Pedro Claver | Momil |

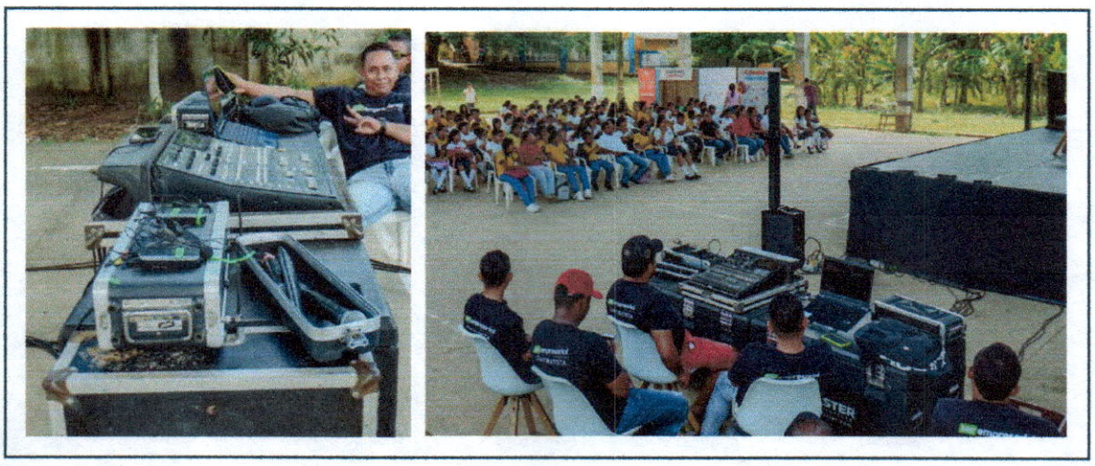





**Foto 3, 4.** Sonido para voz y pc y planta eléctrica

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 12/11/2024 | Institución Educativa San Pedro Claver | Momil |





**Foto 5, 6.** Sillas

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 14/11/2024 | Institución Educativa Las Llanadas | Sahagún |




**Foto 1.** Escenografía **Lanzamiento:**
Pantalla led, tarima, mobiliario, estructura para look del evento

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 14/11/2024 | Institución Educativa Las Llanadas | Sahagún |




**Foto 1, 2.** Escenografía **Lanzamiento:** Profesional en psicología



| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 14/11/2024 | Institución Educativa Las Llanadas | Sahagún |



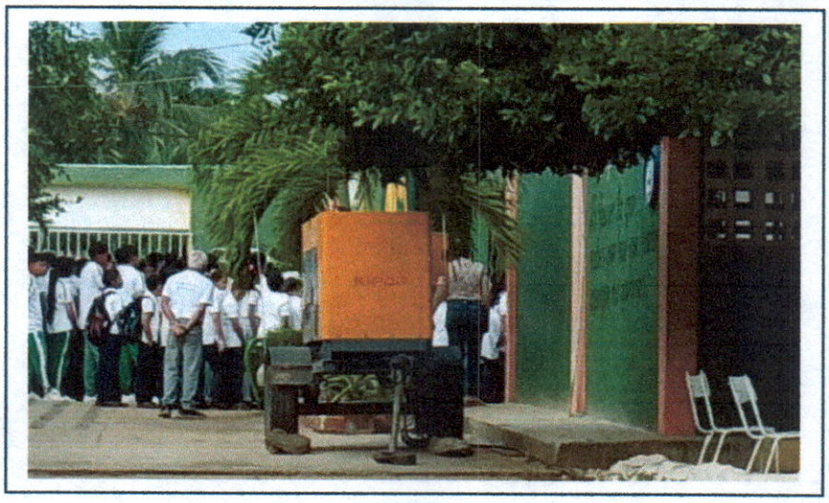



**Foto 3, 4.** Sonido para voz y pc y planta eléctrica

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 14/11/2024 | Institución Educativa Las Llanadas | Sahagún |





**Foto 5, 6.** Sillas

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 15/11/2024 | Institución Educativa El Silencio | Puerto Escondido |




**Foto 1.** Escenografía **Lanzamiento:**
Pantalla led, tarima, mobiliario, estructura para look del evento

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 15/11/2024 | Institución Educativa El Silencio | Puerto Escondido |




**Foto 1, 2.** Escenografía **Lanzamiento:** Profesional en psicología



| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 15/11/2024 | Institución Educativa El Silencio | Puerto Escondido |



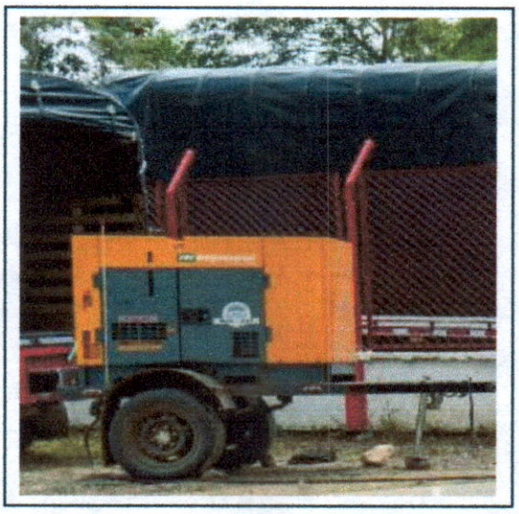


**Foto 3, 4.** Sonido para voz y pc y planta eléctrica

| EVIDENCIAS DE ENTREGA |
|---|
| CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS **SS-SAM-002-2024** |
| Lanzamiento de campaña de salud mental a nivel departamental, en Montería, debe incluir: Profesional en psicología invitado para una charla, Pantalla led, Planta eléctrica, 300 sillas para los asistentes, sonido para voz y pc, tarima, mobiliario, pendones y estructura para look del evento. Las cantidades y detalles se describen en el presupuesto anexo al presente estudio previo. |

| FECHA | INSTITUCION EDUCATIVA | MUNICIPIO |
|---|---|---|
| 15/11/2024 | Institución Educativa El Silencio | Puerto Escondido |

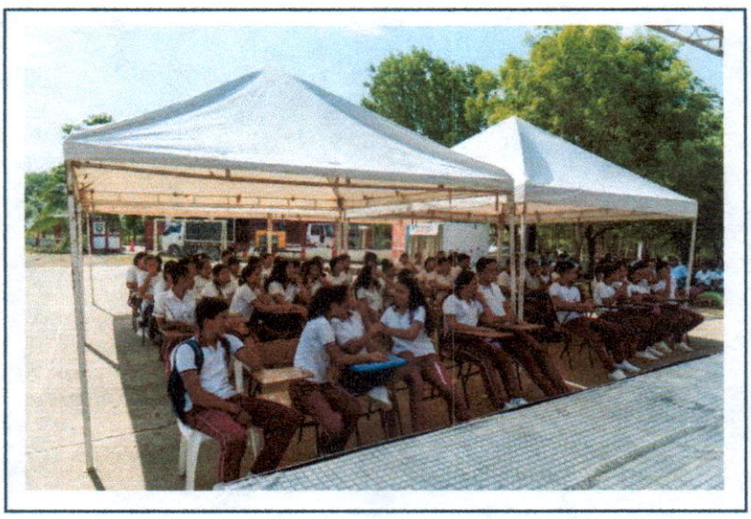




**Foto 5, 6.** Sillas