ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

INFORMACIÓN GENERAL DOCUMENTO TÉCNICO SOPORTE - DTS

LOCALIDAD	RAFAEL URIBE URIBE
PLAN DE DESARROLLO LOCAL	RAFAEL URIBE URIBE CAMINA SEGURA.
VIGENCIA PLAN DE DESARROLLO LOCAL	2025-2028
NOMBRE DEL PROYECTO	Rafael Uribe Uribe saludable y con bienestar
NÚMERO DE PROYECTO	2557
OBJETIVO ESTRATÉGICO	Objetivo 2. Bogotá Confía en su Bien - Estar
PROGRAMA	Programa 10. Salud Pública Integrada e Integral
SECTOR DE INVERSIÓN	SECRETARIA DISTRITAL DE SALUD
LÍNEA DE INVERSIÓN	SALUD.
INDICADOR	1. Número de personas beneficiadas con acciones para la promoción y atención de la salud mental
META PLAN DE DESARROLLO CUATRIENIO	1. Beneficiar 1.000 personas con acciones para la promoción y atención de la salud mental.
META PLAN PROGRAMADA VIGENCIA 2025	1. Beneficiar 250 personas con acciones para la promoción y atención de la salud mental.

1. GENERALIDADES DEL PROYECTO

PRESENTACIÓN PÚBLICA ANTE LA JUNTA ADMINISTRADORA LOCAL - JAL

Se deberá realizar tres (3) presentaciones públicas ante la Junta Administradora Local - JAL, la primera se deberá solicitar mediante radicado ante la JAL los primeros quince (15) días calendario posterior a la suscripción del acta de inicio, la segunda se deberá solicitar mediante radicado ante la JAL cuando se tenga un avance físico financiero del 45% de ejecución de las actividades descritas en el presente anexo técnico, y la tercera cuando se cuente con un avance físico financiero del 90% de ejecución de las actividades descritas en el presente anexo técnico, para las tres(3) presentaciones de deberá realizar convocatoria de los habitantes de la localidad en general, donde se tendrán en cuenta para su prioridad los grupos poblacionales, diferenciales y población directamente impactada con las actividades desarrolladas.

La presentación a realizar deberá contener toda la información acerca del proyecto del contrato suscrito para su ejecución, el plan de acción, cronograma de actividades y los requisitos para la inscripción de los participantes, conforme con los parámetros y documentos para la presentación

de convenios y/o contratos ante la JAL conforme al comunicado de la corporación del 15 de marzo de 2015 donde reza:

"A continuación se indican los requerimientos y la documentación necesaria, para presentar los proyectos ante esta corporación.

La presentación se deberá entregar en forma magnética, por lo cual se radicarán 12 DVD, con la respectiva presentación e información aquí solicitada y dos carpetas físicas de la misma.

1. PRESENTACIÓN Y DATOS GENERALES

1- Presentación General de la entidad que contrato (Max. 1 Hoja).
2- Propuesta ejecutiva con los siguientes parámetros (Max. 5 Hojas).
2.1 Objeto a Contratar
2.2 N° de beneficiarios y el tipo de población a atender
2.3 Cobertura del proyecto
2.4 Descripción de la propuesta (que se va hacer incluya los productos finales)
2.5 Cronograma General
2.6 Presupuesto
2.7 Contrapartida
3- Cuadro de información del equipo de trabajo: Nombres, Profesión, Función en el proyecto, valor devengado y tiempo servido. (Max. 1 Hoja)

2. SOPORTES DOCUMENTACIÓN

1. Fotocopia del RUP
2. Fotocopia de la Cámara de Comercio
3. Fotocopia del Acta de Inicio
4. Fotocopia del Contrato

3. CONTENIDO PRESENTACIÓN

1. La presentación. (según diseño de cada operador)

4. DESARROLLO DEL PROYECTO

Los ítem que se mencionan a continuación, deberán ser enviados cada mes al correo de la corporación: jal18rafaeluribeu@gmail.com.

1. Informe ejecutivo precisando lo desarrollado hasta la fecha.
2. Cronograma mensual de actividades en donde se incluyan las reuniones del equipo técnico para la participación de un Edil.

5. ANEXO HOJAS DE VIDA DEL EQUIPO DE TRABAJO

RECOMENDACIONES

Se aclara a los operadores, que en la medida que algún EDIL requiera los soportes de la documentación del proyecto, ya sean de las hojas de vida, experiencia del contratista y/o cualquier otro documento que sea parte integral del proyecto y del contrato, se deberá entregar al solicitante y se radicará en la secretaría de la Corporación.

Las carpetas físicas con la documentación requerida; una será exclusiva para el archivo de la secretaría de la JAL.

A la presentación ante la JAL debe asistir todo el equipo de trabajo, y si el proyecto lleva más de dos (2) meses de ejecución deberá venir el 10% de la población beneficiaria.

Es importante que el operador coordine con quien formuló el proyecto y con el supervisor del mismo, para que asistan a la sesión de presentación.

Los 12 DVD y las dos carpetas físicas, deberán ser entregados con antelación a la fecha de presentación del proyecto, como mínimo ocho días antes, en la Secretaría de la Corporación.

***La CERTIFICACIÓN** de la JAL se entregará máximo 5 días hábiles después de la presentación ante la corporación, esta se coordinará con la secretaría de la entidad para su elaboración y entrega."*

Lugar: El contratista deberá gestionar el espacio de presentación en la Junta Administradora Local de Rafael Uribe Uribe.

Equipos y/o mobiliario: El ejecutor deberá gestionar con la Alcaldía Local el préstamo de equipos audiovisuales y/o logísticos requeridos para la actividad.

Planillas de asistencia: El contratista deberá proveer de los respectivos formatos de asistencia al evento, los cuales deberán ser previamente revisados y aprobados por el apoyo a la Supervisión.

Registro fotográfico de la presentación pública: El contratista deberá realizar el registro fotográfico y/o fílmico del evento y entregarlo en medio magnético a la supervisión.

PRESENTACION PUBLICA ANTE COMUNIDADES

Se debera realizar una presentación pública del contrato ante la comunidad en general, instancias de participación organizaciones sociales y bases comunitarias, se debera invitar a veeduría ciudadana y promotores de las iniciativas de presupuestos participativos a beneficiar del presente proceso, se desarrollará en el auditorio de la Alcaldía Local de Rafael Uribe Uribe o algún espacio similar que no genere ningún tipo de consto extra para el FDLRUU de mínimo treinta (30) personas con una duración máxima de tres (3) horas.

Es necesario invitar los siguientes actores:

1) Comunidad en general
2) Junta Administradora Local
3) COPACOS y Veedurías constituidas para los Proyectos de Inversión Local en Salud – PIL
4) Grupos poblacionales con enfoque diferencial: énfasis en la participación la población en riesgo y en consumo de SPA, adolescentes, jóvenes, adultos, familias, docentes, orientadores, redes de apoyo, grupos u organizaciones sociales, veedurías e instancias de participación ciudadanas, entre otros actores institucionales y no institucionales.
5) Referentes de gestión de políticas, gestión de programas y rutas integrales de atención en salud.
6) Líderes, asociaciones, organizaciones, grupos sociales que desarrollen acciones relacionadas con el concepto de gasto.
7) Mesas locales cannábicas y de estupefacientes

COMITÉ TÉCNICO

Se constituirá un Comité Técnico general del proyecto, el cual estará conformado por:

- El Alcalde Local de FDLRUU o apoyo a la supervisión delegado para el contrato.
- Referente de salud de la oficina de participación del FDRUU.
- El representante legal del contratista o delegado que sea designado.

Nota: Se invitará al referente de la Secretaría Distrital de Salud y veedor ciudadano con voz, pero sin voto en caso de ser necesario.

Para este Comité se contemplan entre otras las siguientes funciones:

- ✓ Establecer las directrices que deben observar las partes comprometidas para la ejecución del Contrato.
- ✓ Revisar el avance del contrato y verificar el cumplimiento de actividades, metas y cronogramas establecidos.
- ✓ Tomar medidas correctivas para subsanar las dificultades, en la ejecución del contrato.
- ✓ Velar por el cumplimiento de los procedimientos establecidos para la definición, programación, ejecución y seguimiento de las actividades.
- ✓ Estudiar los casos especiales que se presenten y su correspondiente manejo, abordaje y solución.
- ✓ Las demás que sean inherentes al proyecto y que el FDL RUU en cabeza de su alcalde o alcaldesa y/o supervisor y/o interventor juzguen necesarias.

Nota: El seguimiento y evaluación de las actividades se tramitará en el Comité de Control y Seguimiento del contrato. En ningún caso el comité de control y seguimiento tomará decisiones

que modifiquen técnica y/o presupuestalmente el contrato o las cláusulas contractuales del mismo; las decisiones que marquen alguna relevancia de carácter técnico y/o presupuestal en la ejecución del proyecto deberán ser presentadas al alcalde local por intermedio del apoyo a la Supervisión para su visto bueno mediante oficio.

TALENTO HUMANO GENERAL DEL PROYECTO

CONCEPTO	DESCRIPCIÓN	CANT.	UNIDAD DE MEDIDA	PORCENTAJE DE DEDICACION
COORDINADOR	Un Profesional en administración pública y/o administración de empresas, y/o en el área de la ciencia económica, y/o psicología, y/o trabajo social, y/o licenciatura. Con especialización en promoción psicosocial para la salud, y/o lúdica educativa, y/o salud mental y/o gerencia de proyectos, y/o formulación de proyectos. Con experiencia general mínima de 12 años y 24 meses de experiencia específica certificada en programas de salud mental.	6	MES	100%
TÉCNICO ADMINISTRATIVO	Un (1) técnico, tecnólogo o con 4 semestres de formación universitaria. Un año de experiencia como auxiliar o asistente administrativo o gestión administrativa, contable y financiera o de proyectos.	6	MES	100%
MEDIOS ALTERNATIVOS	Plan de divulgación y promoción de actividades según ANEXO TÉCNICO, item no ofertable	1	global	N/A

Nota: el ejecutor debe presentar ante el supervisor o su delegado para esas funciones, quien aprobará todas las hojas de vida del personal mínimo requerido.

FUNCIONES DEL COORDINADOR DEL PROYECTO (1)

- Planear, coordinar y garantizar todos los recursos humanos, logísticos y materiales entre otros requeridos para el correcto desarrollo de cada una de las actividades descritas, velando por la entrega de bienes y servicios en las condiciones técnicas y de calidad exigidas.
- Elaborar y presentar el Plan de Acción con su correspondiente cronograma de actividades y propuesta metodológica de conformidad con las especificaciones técnicas establecidas.
- Realizar las presentaciones públicas requeridas
- Conformar el Comité Técnico de Seguimiento
- Citar a las sesiones ordinarios y/o extraordinarias del Comité Técnico de Seguimiento

- Asistir a las reuniones que programe el Comité Técnico de Seguimiento en el horario, fecha y lugar que establezca la secretaría técnica del mismo.
- Garantizar las actividades necesarias para el desarrollo de los procesos de Convocatoria de la población a beneficiar, Inscripciones y Selección establecidas en las especificaciones técnicas de todas las actividades teniendo en cuenta las estrategias definidas.
- Garantizar el diseño, impresión y distribución de piezas publicitarias de conformidad con las especificaciones técnicas establecidas.
- Coordinar y supervisar la logística de todas las actividades establecidas para el óptimo desarrollo del contrato.
- Atender toda solicitud realizada por el Alcalde Local y/o el Fondo de Desarrollo local.
- Realizar el trámite correspondiente de gestión de préstamo de espacios y/o elementos
- requeridos para el correcto desarrollo de las actividades descritas en las especificaciones técnicas del contrato
- Garantizar el registro fotográfico y fílmico de todas las actividades descritas y hacer entrega de dichos soportes a la Supervisión del Contrato para su respectiva revisión y verificación
- Garantizar y presentar todos los soportes de verificación requeridos que den cuenta de las actividades realizadas en cumplimiento del objeto contractual.
- Entregar las bases de datos del proceso de convocatorias, inscripción y selección del presente contrato por cada fiesta durante la entrega de los informes
- Tramitar, coordinar, cumplir y ejecutar ante la autoridad competente, todas las gestiones necesarias para dar cumplimiento al PLAN DE EMERGENCIAS Y CONTINGENCIAS (PEC) requerido para el desarrollo de las actividades previstas, (permisos, documentos, logística, etc.) en cumplimiento del Decreto 599 de 2013 para la realización de espectáculos públicos, Decreto 174 de 2014, Decreto 633 de 2007, Decreto 3888 de 2007, Decreto Distrital 332 de 2004, ley 1421 de 1988, ley 1510 del 2012 por cada evento contemplado.
- Coordinar el proceso de sistematización documental de informes durante y hasta la finalización de las actividades y el cierre del contrato y hacer entrega de dichos soportes a la Supervisión del Contrato para su respectiva revisión y verificación aprobación.
- Entregar los informes físicos y digitales al Fondo de Desarrollo Local de Rafael Uribe Uribe, donde se evidencie la materialización de las actividades planteadas.
- Hacer seguimiento al personal a su cargo y garantizar el cumplimiento de sus funciones para el desarrollo de las actividades descritas en las especificaciones técnicas y demás documentos del proceso
- Las demás que correspondan a la naturaleza del objeto contractual

FUNCIONES DEL TECNICO ADMINISTRATIVO (1)

- Conocer e implementar los estudios previos, contrato y propuesta de acuerdo con lo descrito en el proyecto.
- Realizar la Secretaría técnica del proyecto.

- Realizar las actas y comunicaciones respectivas de los comités y reuniones que se realicen en el marco de la ejecución del contrato del proyecto.
- Realizar acompañamiento en todo el proceso administrativo, logístico y operativo.
- Construir carpeta con relatorías de trabajo de todas las reuniones, talleres y actividades a realizar de cada proceda, los cuales deberán ser suministrados por los profesionales a cargo
- Apoyar los procesos de convocatoria virtual o presencial para el desarrollo de las actividades en marco al componente de formación y fortalecimiento.
- Apoyar los procesos de divulgación de la participación a los procesos.
- Apoyar el desarrollo de los eventos virtuales o presenciales y las dinámicas logísticas de los mismos.
- Orientar a la comunidad en todos los aspectos de la ejecución del contrato y/o remitirlos a la persona idónea
- Participar en las reuniones virtuales o presenciales que se les soliciten.
- Apoyar todas las actividades que se realicen descritas en el presente anexo técnico.
- Apoyar el alistamiento y archivo de información y documentación del contrato que debe reposar en la oficina de Gestión Documental de acuerdo a las normas establecidas por el Archivo General de la Nación y los manuales de procesos y procedimientos del FONDO.
- Las demás inherentes a las necesidades que demande la población y las requeridas por la supervisión.

DIVULGACIÓN Y PROMOCIÓN DE LAS ACTIVIDADES (MEDIOS ALTERNATIVOS)

Para llevar a cabo una divulgación efectiva del proceso, es esencial implementar una estrategia integral que involucre a diversos medios de comunicación locales. Esta estrategia se basa en actividades específicas diseñadas para maximizar el alcance y el impacto del evento, aprovechando tanto los medios tradicionales como digitales. A continuación, se detallan las actividades planificadas para los medios impresos, digitales, radio, monitoreo y evaluación, con el objetivo de garantizar una cobertura amplia y atraer a una audiencia diversa y comprometida.

- Redactar y publicar artículos (1 por actividad) sobre la actividad cultural, destacando detalles importantes como la fecha, lugar, actividades y objetivos.
- Incluir entrevistas con organizadores y artistas para ofrecer una perspectiva más personal y detallada.
- Compartir contenido exclusivo, como entrevistas en video con organizadores y artistas.
- Publicar regularmente (2 o más publicaciones por semana) en las redes sociales (Facebook, Instagram, Twitter) con contenido atractivo y relevante sobre las iniciativas.
- Realizar segmentos en vivo desde el evento, ofreciendo a la audiencia una visión directa y emocionante de lo que está sucediendo.
- Distribuir encuestas entre los asistentes del evento para conocer cómo se enteraron del evento y obtener feedback sobre la calidad de la divulgación.

- Recolectar opiniones de los medios sobre la colaboración y los materiales proporcionados.

Conforme a lo establecido en los criterios de viabilidad y elegibilidad del sector salud, se debara realizar convocatoria de la siguiente manera:

"*Es necesario realizar convocatorias generales a la comunidad y especificas a las instancias de participación presentes en el territorio con enfoque poblacional - diferencial y de género, que manifiesten interés en realizar veeduría al proyecto, entre ellas se destacan:*

- *COPACOS.*
- *sociaciones de Usuarios.*
- *Juntas asesoras comunitarias en salud.*
- *Consejo Planeación Local.*
- *Veeduría Distrital.*
- *Organizaciones comunitarias de base.*"

INFORME FINAL DE DIVULGACIÓN

Una vez finalizadas todas las actividades, se procede a la elaboración de un informe de impacto, fundamental para evaluar el éxito de la estrategia de divulgación. Este informe recopila todas las estadísticas relevantes, proporcionando un análisis detallado del alcance y la efectividad de la campaña de comunicación. Las actividades involucradas incluyen la recolección de datos de menciones y publicaciones en medios impresos, digitales, radio y televisión mediante herramientas de monitoreo. Además, se evalúa la calidad y cantidad de cobertura mediática, identificando los medios y plataformas con mayor impacto.

Para obtener una visión completa, se distribuyen encuestas entre los asistentes para conocer cómo se enteraron del evento y se recopila feedback de los medios sobre la utilidad de los materiales proporcionados. Los resultados se agrupan en un informe detallado, complementado con gráficos y tablas que faciliten la visualización de los datos. Un análisis crítico identifica áreas de éxito y oportunidades de mejora, proporcionando recomendaciones para futuras estrategias de comunicación.

Entregable	Medio de verificación
Presentación pública	Constancia de la Junta Administradora Local y registro fotográfico
Comité técnico	Acta de instalación del Comité técnico
Talento Humano	Hojas de vida y correo de aprobación del supervisor o apoyo a la supervisión.

Divulgación	Informe físico financiero de actividades de divulgación

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

El objetivo en la ejecución de las siguientes actividades es gestionar e implementar acciones y procesos de promoción de la salud mental de la localidad de Rafael Uribe Uribe.

Cada una de las actividades se estableció en marco a los "Criterios de elegibilidad y Viabilidad 2025-2028" emitidos por la secretaría de salud dispuestos en la página web de la secretaría de Planeación.

ACTIVIDAD NO. 1. DifEtnico. SABERES Y SABORES ANCESTRALES POR LA SALUD MENTAL - CÓDIGO PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS No. 43274.

Objetivo: Integrar la riqueza de los saberes y sabores ancestrales en el ámbito de la salud mental.

Resumen: Prácticas ancestrales como el uso de plantas medicinales y el trabajo comunitario en rituales de sanación contribuyen a la salud física y mental que incorporen estas prácticas alternativas y holísticas para el cuidado para el cuidado de la salud.

Población objeto: Pueblos negros y afrocolombianos.

Cantidad de personas a beneficiar: Noventa (90)

Inscripciones: para participar en las actividad 1 se deberá realizar una inscripción por medio virtual y/o presencial dirigida a comunidad en general, donde se deberá anexar copia de recibo público no mayor a sesenta (60) días calendario y fotocopia del documento de identidad.

Talento humano:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
ARTICULADOR DE LA INICIATIVA	Un (1) articulador bachiller académico con mínimo seis (6) meses de experiencia de trabajo con comunidad en la localidad Rafael Uribe Uribe. con pertenencia étnica (negros-afrodescendientes)	3	MES

El articulador de la iniciativa se deberá encargar de apoyar al coordinador general en el desarrollo de las actividades que se describen en el presente anexo técnico para la convocatoria, inscripciones y ejecución de la iniciativa SABERES Y SABORES ANCESTRALES POR LA SALUD MENTAL

Actividades:

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

1. **Conversatorio de sabedoras desde la visión de salud mental de los pueblos negros - Afrocolombianos.**

La salud mental no puede entenderse únicamente desde un enfoque clínico-occidental. En los pueblos negros y afrocolombianos, la salud mental está profundamente ligada al territorio, la espiritualidad, los saberes ancestrales y la memoria colectiva. Un conversatorio con sabedoras permite visibilizar estas formas propias de cuidado, que han sostenido la vida de las comunidades a través de generaciones.

Las sabedoras parteras, yerbateras, sanadoras, consejeras son portadoras de conocimientos que han sido históricamente invisibilizados o subvalorados. Este conversatorio ofrece un espacio para dignificar su palabra y su práctica, reconociéndolas como agentes fundamentales en la sanación individual y colectiva, más allá del ámbito médico convencional.

Realizar un Conversatorio de Sabedoras desde la visión de salud mental de los pueblos negros – afrocolombianos es una acción cultural, política y comunitaria que reconoce la diversidad de conocimientos sobre el cuidado de la mente, el cuerpo y el espíritu. Este evento es clave para la reparación simbólica, la visibilización del conocimiento ancestral y el fortalecimiento de los lazos comunitarios afrodescendientes en la localidad de Rafael Uribe Uribe.

Se llevará a cabo un (1) conversatorio de sabedoras desde la visión de salud mental de los pueblos negros – afrocolombianos, donde se invitará a cuatro (4) panelistas expertas en el tema, este conversatorio estará dirigido a cincuenta (50) personas de la comunidad en general con una duración de cuatro (4) horas.

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
MODERADOR	Moderador(a) para el evento de toda la jornada (maestro de ceremonia) con pertenencia étnica (negros-afrodescendientes)	1	SERVICIO
ALQUILER DE ESPACIO	Alquiler de espacio cerrado tipo auditorio para minímo cincuenta (50 personas) en optimas condiciones, debe incluir silleteria, sonido tarima y minímo dos (2) baños.	1	SERVICIO
AMBULANCIA MEDICALIZADA	AMBULANCIA MEDICALIZADA: Módulo de estabilización y clasificación de lesionado por la SDS en la Ciudad de Bogotá, debe incluir recurso humano, integrado por DOS (2) auxiliares de enfermería y un (1) médico profesional, además de todos los insumos como loa indica la normatividad vigente. durante doce (12) horas por día	1	UNIDAD
APOYOS LOGÍSTICO	Apoyo logístico Bachiller con experiencia laboral de seis (6) meses con pertenencia étnica (negros-afrodescendientes)	5	UNIDAD
PANELISTAS	Sabedores ancestrales con experticia y reconocimiento desde la visión de salud mental de los pueblos negros – afrocolombianos 1 profesional Psicología y con conocimiento ancestral de la población afro.	4	SERVICIO

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

ESTACION DE CAFE	Estación de café con opción de agua aromática dispuesta para cincuenta (50) personas	1	UNIDAD
REFRIGERIOS	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Un (1) solido de mínimo 200gr Una (1) fruta entera de temporada de mínimo 80g. Una (1) una bebida tradicional de refresco o néctar de fruta no alcohólica, no láctea, un dulc o Bebida caliente de 9 onzas. un dulce tradicional de mínimo 50 gr (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos , incluye transporte de entrega.	50	UNIDAD
ALMUERZO	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Una (1) Entrada (Sopa, crema, consomé o fruta) Una (1) proteína de 180 gramos mínimo (Pollo, carne de res, cerdo ó pescado) Dos (2) Porciones de Carbohidratos entre 80 y 100 gramos (Papa, yuca, o cualquier otro tubérculo, plátano, cereales y productos derivados (Tortas, arroz, pastas, entre otros) Una (1) guarnición porción de 100 gramos (fríjoles, garbanzos, lentejas, arveja) o porción verdura fría y/o caliente de 100 gramos mínimo. Una (1) Bebida caliente o fría de 16 onzas. El empaque del almuerzo debe tener mínimo tres divisiones, Biodegradable. (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos y preparación del mismo ddía,incluye transporte de entrega.	50	UNIDAD
PRESENTACIONES ARTÍSTICAS	GRUPOS DE MÚSICA Y/O ARTISTICO De mínimo 4 integrantes y/o músicos en vivo y por lo menos con 4 instrumentos por evento. Diversidad de géneros musicales. Incluido transporte, sonido, instrumentos). Con pertenencia étnica (negros-afrodescendientes) de mínimo 40 minutos	4	UNIDAD

NOTA: La metodología y minuto a minuto de la actividad deberá ser aprobada en comité de seguimiento, en dicho comité debe acompañar como invitado con voz, pero sin voto el promotor y promotora y/o delegado o delegada de concejo consultivo NARP.

2. **Impulsar emprendimientos de sabiduría de medicina ancestrales que impactan en la salud mental de los pueblos Negros - Afrocolombianos.**

El promotor de la iniciativa sera el encargado de presentar ante Comité de Seguimiento cuatro emprendimientos de sabiduría ancestral que su trabajo se centre en impactar la salud mental, con el objetivo de entregar un kit con los elementos que requieren para su actividad para que puedan participar en las tres ferias de servicios, cada una participara en una feria por la salud mental.

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
KIT SABERDORA ANCESTRAL EN SALUD MENTAL	Medicinas ancestrales, velas aromáticas, frutas, esencias y demás insumos que requieran las sabedoras ancestrales en salud mental. *Item no ofertable concertado en mesa de co-creación	4	SERVICIO

3. **Realización de 4 ferias de saberes y sabores ancestrales en salud mental.**

La salud mental no es solo la ausencia de trastornos, sino un estado de bienestar emocional, espiritual, físico y social. En muchas comunidades, especialmente en contexto de afrodescendientes - negros, los saberes ancestrales (plantas, rituales, cantos, alimentos, narraciones) son formas vivas de sanar.

Una feria de saberes y sabores permite visibilizar estas prácticas y entender que el cuidado mental también se construye desde lo cotidiano y lo comunitario.

Los sabores ancestrales están profundamente ligados a la memoria, la identidad y el afecto. Preparar y compartir comida tradicional activa vínculos, recuerdos y sentidos de pertenencia que contribuyen al bienestar emocional y al arraigo cultural.

Además, muchos alimentos y plantas tienen propiedades terapéuticas (calmantes, energizantes, digestivas) que han sido usadas ancestralmente como parte del cuidado integral.

Los saberes ancestrales han sido una fuente de resistencia cultural y emocional frente a la colonización, el racismo, el conflicto armado o la pobreza. Estas ferias dan espacio a parteras, sanadoras, yerbateros, cocineras tradicionales y mayores para compartir sus conocimientos, generando procesos de sanación colectiva y transmisión intergeneracional.

La feria es un espacio de encuentro donde diferentes generaciones, géneros y saberes se conectan. Esto favorece el diálogo, la cohesión y el sentido de comunidad, elementos claves para una salud mental sostenible en cualquier territorio.

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

Las Ferias de Saberes y Sabores Ancestrales en Salud Mental son una estrategia creativa, culturalmente situada y profundamente humana para promover el bienestar emocional desde las raíces. Son una oportunidad para sanar desde la palabra, la comida, la planta, la música, la escucha y el encuentro. En una localidad pluriétnica y diversa como Rafael Uribe Uribe, estas acciones son actos de justicia cultural y salud comunitaria.

Se realizará cuatro (4) ferias con la finalidad de promover la salud mental desde la perspectiva ancestral de cuatro (4) horas cada una en puntos estratégicos de la localidad en diferentes fechas, los lugares donde se realizarán las actividades deberán ser elegidos en comité de contratación, donde el tema se centrará en la salud mental desde la medicina ancestral, se dará espacio a diez (10) muestras de medicina ancestral en salud mental en cada jornada para un total de cuarenta(40) participantes que podrán dar una muestra de su sabiduría ancestral dirigido a comunidad en general.

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
MODERADOR	Moderador(a) para el evento de toda la jornada (maestro de ceremonia) con pertenencia étnica (negros-afrodescendientes)	4	SERVICIO
APOYOS LOGÍSTICO	Apoyo logístico Bachiller con experiencia laboral de seis (6) meses con pertenencia étnica (negros-afrodescendientes)	28	UNIDAD

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

ALMUERZO	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Una (1) Entrada (Sopa, crema, consomé o fruta) Una (1) proteína de 180 gramos mínimo (Pollo, carne de res, cerdo ó pescado) Dos (2) Porciones de Carbohidratos entre 80 y 100 gramos (Papa, yuca, o cualquier otro tubérculo, plátano, cereales y productos derivados (Tortas, arróz, pastas, entre otros) Una (1) guarnición porción de 100 gramos (fríjoles, garbanzos, lentejas, arverja) o porción verdura fría y/o caliente de 100 gramos mínimo. Una (1) Bebida caliente o fria de 16 onzas. El empaque del almuerzo debe tener mínimo tres divisiones, Biodegradable. (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos y preparación del mismo día , incluye transporte de entrega.	40	UNIDAD
PRESENTACIONES ARTÍSTICAS	GRUPOS DE MÚSICA Y/O ARTISTICO De mínimo 4 integrantes y/o músicos en vivo y po lo menos con 4 instrumentos por evento. Diversidad de géneros musicales. Incluido transporte, sonido, instrumentos). Con pertenencia étnica (negros-afrodescendientes)	12	UNIDAD
SONIDO	Alquiler de Sonido profesional: consola integrada de mínimo 8 canales ,Dos Bajos activos 8 Pulgadas Beta 3 “700 w” Tres Cabinas Activas Beta 3 de 15” “500 w” (un monitor y dos de salida) Tres micrófonos Inalámbricos BETA/SHURE beta 58 Tres micrófonos alámbricos BETA/SHURE Una Extensión 50 metros.	4	SERVICIO
ALQUILER DE PLANTA ELECTRICA	Alquiler plantas eléctricas de 2.500W insonoras y móviles con capacidad de trabajo de mínimo 4 horas diarias que garanticen el correcto funcionamiento del evento.	4	UNIDAD
ALQUILER DE BAÑOS	Alquiler de baños portátiles básicos por jornada para eventos masivos. Incluye suministro de papel higiénico, disposición para uso y transporte ida y regreso de las unidades, incluido (transporte, Montaje y desmontaje)	16	JORNADA
PLAN DE CONTINGENCIAS Y EMERGENCIAS	Elaboración y preparación del PLAN DE EMERGENCIAS Y CONTINGENCIAS (PEC) requerido para el desarrollo de las actividades previstas, (permisos, documentos, logística, etc.) en cumplimiento del Decreto 599 de 2013 para la realización de espectáculos públicos, debe incluir, AMBULANCIA integrada por DOS (2) auxiliares de enfermería y pago de sayco y acinpro	4	UNIDAD

ALQUILER MESAS	Alquiler de mesas plásticas polipropileno medidas 77 cm X 74 cm alto - color blanco (incluye transporte, montaje y retiro del lugar) Se usarán para el almuerzo, muestras gastronómicas, reparto de refrigerios y demás actividades que lo requieran.	40	UNIDAD
ALQUILER SILLAS	Alquiler Sillas blancas sin brazo (incluye transporte, montaje y retiro del lugar)	40	UNIDAD
ALQUILER CARPA	CARPA Tamaño 3 *3 metros con Laterales en el momento de la instalación, incluye transporte e instalación.	40	UNIDAD

NOTA: Los espacios donde se realizan las 4 ferias de saberes y sabores ancestrales deberá ser concertado en comité de seguimiento.

NOTA: El operador se deberá encargar del trámite para la solicitud del préstamo de los espacios físicos seleccionados para la realización de las 4 ferias de saberes y sabores ancestrales.

NOTA: las presentaciones artisticas deberan ser avaladas y reconocida po la comunidad negra y afrocolombiana.

ACTIVIDAD NO. 2. DDifJuv. TERRITORIO MENTALMENTE SALUDABLE - CÓDIGO PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS No. 43265.

Objetivo: Fomentar una cultura de cuidado colectivo bienestar emocional y salud mental combinando factores innovadores, Interactivos y sostenibles para la comunidad de Rafael Uribe Uribe a través de actividades lúdicas, talleres, Eventos De ejercicio al aire libre caminatas por espacios verdes jornadas de yoga aeróbicos biblioterapia asimismo cierre actividad con un picnic comunitario y saludable lo anterior con el fin de fortalecer la rutas de apoyo emocional y salud mental

Resumen: Fomentar una cultura de cuidado colectivo y salud mental y emocional en Rafael Uribe Uribe

Población objeto: jóvenes entre los 14 y 28 años.

Cantidad de personas a beneficiar: Cuarenta (40)

Talento humano:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
ARTICULADOR DE LA INICIATIVA	Un (1) articulador bachiller académico con mínimo seis (6) meses de experiencia de trabajo con comunidad en la localidad Rafael Uribe Uribe.	3	MES

El articulador de la iniciativa se deberá encargar de apoyar al coordinador general en el desarrollo de las actividades que se describen en el presente anexo técnico para la convocatoria, inscripciones y ejecución de la iniciativa TERRITORIO MENTALMENTE SALUDABLE.

Inscripciones: para participar en las actividades 1 y 2 se deberá realizar una inscripción por medio virtual, donde se deberá anexar copia de recibo público no mayor a sesenta (60) días calendario y fotocopia del documento de identidad, para el caso de menores de edad consentimiento de participación y manejo de imagen firmado por su acudiente.

Actividades:

1. **Jornadas de yogaterapia para la promoción y prevención de la salud mental en jóvenes.**

La yogaterapia, o yoga terapéutico, es una variante del yoga tradicional enfocada en tratar afecciones concretas, tanto a nivel físico como emocional. Utiliza posturas (asanas), ejercicios de respiración (pranayama) y meditación con el objetivo de armonizar cuerpo y mente, fomentando la recuperación y el bienestar general. Esta práctica es ideal para quienes se inician en el yoga, ya que las clases se personalizan según las necesidades de cada persona, facilitando un aprendizaje progresivo y seguro.

El yoga influye directamente en la estructura y el funcionamiento del cerebro. Se ha evidenciado que esta práctica puede elevar los niveles de neurotransmisores como la serotonina y el GABA, vinculados a la regulación del ánimo y la ansiedad. También se ha identificado una disminución en la actividad de la amígdala, el área cerebral encargada de procesar el estrés, lo que favorece una mayor estabilidad emocional y una sensación de tranquilidad.

El yoga es ampliamente valorado por su efecto positivo en la reducción del estrés y la ansiedad. Mediante la integración de movimientos conscientes, respiración controlada y meditación, estimula el sistema nervioso parasimpático, favoreciendo un estado de tranquilidad.

Practicar yoga de forma constante puede contribuir al alivio de la depresión. Esta disciplina estimula la producción de compuestos cerebrales clave, como el ácido gamma-aminobutírico (GABA), vinculado a la disminución de la ansiedad y al fortalecimiento del estado de ánimo. Asimismo, el énfasis en la atención plena y en la conexión entre cuerpo y mente durante las sesiones ayuda a las personas a afrontar de manera más efectiva los síntomas depresivos.

Teniendo en cuenta los beneficios de la yogaterapia se realizará seis (6) sesiones de 3 horas cada una donde se realizará la actividad de yoga y de manera alterna la sesión guiada por el profesional psicosocial dirigidas a cuarenta (40) jóvenes entre los 14 a 28 años. (Para el caso de menores de edad consentimiento de participación y manejo de imagen firmado por su acudiente.)

Inscripciones

los beneficiarios deberán cumplir con los siguientes requisitos mínimos:

- Residir o estudiar en la Localidad, aportar certificado de residencia (recibo publico) o de estudio, o certificado que demuestre vinculación constante del ciudadano con la localidad de Rafael Uribe Uribe
- Formato de inscripción y consentimiento informado para registro fotográfico y video para el caso de menores de edad.
- Demás documentos que el ejecutor y el FDLRUU estipulen en la fase de alistamiento.

La lista de inscritos deberá contener los siguientes datos:

- Fecha de inscripción
- Nombres completos
- Edad
- Fecha de nacimiento
- Sexo
- Identidad de Género
- Tipo y número de identificación
- Organización o grupo de interés
- Régimen de afiliación a salud
- Identificación con uno o más grupos poblacionales y con enfoque diferencial (grupos étnicos, raizales, ROM, afrodescendientes, LGBTI, habitantes de calle, víctimas de conflicto)
- Dirección, barrio y localidad.
- Teléfonos de contacto (registrar mínimo 2 para efectos de ubicación)

NOTA: Se seleccionará a los primeros 40 inscritos que cumplan con los requisitos previamente descritos.

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
ALQUILER CARPA	CARPA Tamaño 4 *4 metros con Laterales en el momento de la instalación, incluye transporte e instalación.	6	UNIDAD
TALLERISTA DE YOGA	Profesional en ciencias del deporte o educación física o administración deportiva (según el SNIES), con experiencia profesional mínima de tres (3) años debidamente certificada	6	SERVICIO
TALLERISTA PSICOSOCIAL	Profesional en psicología (según el SNIES) con experiencia de minino 2 años en temas relacionados con salud mental en jóvenes, quien se encargará de realizar la sesión guiada para la prevención y promoción de salud mental	6	SERVICIO

KIT	Kit de yoga: tula impermeable, botilito hidratante, pelota de espuma antiestrés, velas aromáticas, esfero, camiseta, gorra y guía cartilla de meditación y consejos sobre cómo manejar el estrés, mejorar el sueño o practicar el autocuidado, Mat de yoga, Aros hula hula: 50 cm)	40	UNIDAD
BAFLE INALAMBRICO	Alquiler Bafle inalámbrico TZ-801 es un sistema de audio portátil y versátil con una duración de batería de hasta 3 horas. con conectividad Bluetooth con un alcance de 10 metros, múltiples opciones de entrada (USB, MicroSD, auxiliar de 3,5 mm), y radio FM, un woofer de 8, 6200 W P.M.P.O / 8W RMS, con un micrófono inalámbrico	1	JORNADA
APOYOS LOGÍSTICO	Apoyo logístico Bachiller con experiencia laboral de seis (6) meses (2 por sesión)	12	UNIDAD

NOTA: El operador se deberá encargar del trámite para la solicitud del préstamo de los espacios físicos seleccionados para la realización de las 6 sesiones de Yogaterapia, los cuales deberán ser concertados en comité de seguimiento.

NOTA: El operador deberá remitir la metodología de las 6 sesiones a realizar al apoyo a la supervisión para su correspondiente aprobación.

NOTA: La entrega del kit se realizará únicamente a los y las participantes que asistan mínimo al 80% de las sesiones programadas.

2. Recorrido de bienestar mental

Un recorrido de bienestar mental es una experiencia guiada o estructurada diseñada para promover la salud mental y emocional, a través de actividades, reflexiones, espacios seguros y herramientas que ayudan a las personas a cuidar su mente, emociones y relaciones.

- **Crear conciencia sobre la salud mental**

Ayuda a las personas a identificar emociones, estrés, ansiedad o señales de alerta.

Fomenta el autocuidado como algo necesario, no como un lujo.

- **Ofrecer herramientas prácticas**

Enseña estrategias de manejo emocional, respiración, meditación, escritura terapéutica, etc.

Promueve hábitos saludables (dormir bien, límites, ejercicio, pedir ayuda).

- **Reducir el estigma**

Abre espacios de conversación sobre ansiedad, depresión o salud emocional sin juicio.

Normaliza buscar apoyo psicológico o psiquiátrico.

- **Fortalecer vínculos sociales**

Muchas veces se realiza en grupo, promoviendo el apoyo mutuo y la empatía.

- **Prevenir problemas mayores**

Al identificar factores de riesgo o malestar temprano, se puede intervenir a tiempo.

Aporta a la prevención del suicidio, la violencia o el aislamiento.

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
SERVICIO DE TRASLADO A BENEFICIARIOS	BUS CON CAPACIDAD DE CUARENTA (40) PERSONAS - transporte de ida y regreso, los vehículos ofrecidos para el transporte deberán contar con los siguientes requisitos: Modelo 2019 en adelante, deben contar con pólizas vigentes, seguro obligatorio de accidentes de tránsito SOAT, Póliza de responsabilidad civil extracontractual, Certificado de revisión técnico mecánica aprobada, licencia de tránsito, los conductores deben contar con licencia de conducción vigente de acuerdo con la categoría del vehículo.	1	UNIDAD
REFRIGERIO	Un croissant, y/o pastel relleno con proteína animal mínimo 150 gr, mini brownie 45gr, Jugo: Mínimo 200 ml de contenido (envase tetra pack y/o botella plástica desechable) que contenga 14% de fruta, 4,5% de calorías, sin conservantes ni sabores artificiale . El refrigerio debe estar en empaque individual en bandeja elaborada en cartón 100 %reciclable y biodegradable, debe ser balanceado y responder a la normatividad vigente en lo que corresponde a las características organolépticas de conservación. Este debe incluir la transporte y entrega en el sitio de las reuniones	40	UNIDAD
AMBULANCIA MEDICALIZADA	AMBULANCIA MEDICALIZADA: Módulo de estabilización y clasificación de lesionado por la SDS en la Ciudad de Bogotá, debe incluir recurso humano, integrado por DOS (2) auxiliares de enfermería y un (1) médico profesional, además de todos los insumos como loa indica la normatividad vigente. durante doce (12) horas por día	1	UNIDAD
TALLERISTA PSICOSOCIAL	Profesional en psicología (según el SNIES) con experiencia de minino 2 años en temas relacionados con salud mental en jóvenes, quien se encargara de realizar la sesión guiada para la prevención y promoción de salud mental	1	SERVICIO
SEGURO DE VIDA CONTRA ACCIDENTES	El contratista deberá asegurar a cada uno de los beneficiarios participantes en las actividades a ejecutar. Para ello presentará las pólizas al supervisor / apoyo a la supervisión, para su aprobación, específicamente seguro de vida y seguro en viaje, además incluirá cualquier tipo de accidente, golpes, fracturas, entre otras.	40	UNIDAD
APOYOS LOGÍSTICO	Apoyo logístico Bachiller con experiencia laboral de seis (6) meses	5	UNIDAD

BOLSA MATERIALES	Bolsa para materiales de apoyo que se requieran para la realización del ejercicio metodológico en la actividad tales como como hojas, esferos, marcadores, cintas, cartulina, y demás que se requieran *Item no ofertable	1	UNIDAD

NOTA: El operador se deberá encargar del trámite para la solicitud del préstamo del parque ecológico entre nubes o uno similar para la realización de la actividad.

NOTA: El operador deberá remitir la metodología de la jornada a realizar al apoyo a la supervisión para su correspondiente aprobación.

NOTA: La actividad deberá tener una duración de 8 horas

3. Talleres de promoción y prevención de salud mental

La salud mental es un componente esencial del bienestar general de las personas jóvenes de la localidad de Rafael Uribe Uribe, y su cuidado debe abordarse de forma proactiva. La realización de talleres de prevención y promoción en salud mental responde a la creciente necesidad de generar espacios educativos, participativos y preventivos que fortalezcan los factores protectores individuales, familiares y comunitarios, así como reducir los factores de riesgo asociados a trastornos mentales.

Estos talleres permiten:

1. **Detectar tempranamente signos y síntomas** de malestar emocional o trastornos mentales, facilitando intervenciones más eficaces y evitando que los problemas se agraven.
2. **Promover estilos de vida saludables** que favorecen el bienestar emocional, como la gestión del estrés, el desarrollo de habilidades sociales, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos.
3. **Fortalecer redes de apoyo y cohesión social**, fundamentales para la prevención del aislamiento, la ansiedad, la depresión y otros problemas de salud mental.
4. **Reducir la carga en los servicios de salud**, al intervenir antes de que los trastornos se manifiesten o se cronifiquen, contribuyendo así a una mejor calidad de vida y productividad social.
5. **Empoderar a la comunidad**, brindándole herramientas prácticas y accesibles para el autocuidado, el apoyo mutuo y la construcción de entornos seguros y saludables.

Estos talleres son una estrategia clave de intervención psicoeducativa, preventiva y promocional que favorece una cultura del cuidado mental, alineada con el enfoque de atención integral centrado en la persona dirigido a jóvenes entre los 14 y 28 años.

1. Autocuidado y Bienestar Emocional

Objetivo: Fomentar hábitos y prácticas que contribuyan a la salud mental de los participantes.

Temas:

- Técnicas de relajación y mindfulness.
- La importancia del descanso y el sueño.
- Manejo del estrés cotidiano.
- Alimentación y salud mental.

2. Manejo del Estrés y la Ansiedad

Objetivo: Enseñar herramientas para reducir los niveles de estrés y ansiedad.

Temas:

- Identificación de fuentes de estrés.
- Técnicas de respiración y relajación.
- Cómo la ansiedad afecta al cuerpo y cómo gestionarla.
- Estrategias cognitivas para reducir la ansiedad.

3. Depresión: Reconocimiento y Apoyo

Objetivo: Sensibilizar sobre la depresión y enseñar formas de apoyo.

Temas:

- Señales y síntomas de la depresión.
- Estrategias para afrontar la depresión.
- El papel de los amigos y familiares en el apoyo emocional.

4. Autoestima y Aceptación Personal

Objetivo: Mejorar la autoestima y promover la autocompasión.

Temas:

- La relación entre la autoestima y la salud mental.
- Técnicas para mejorar la autopercepción positiva.
- Superando creencias limitantes sobre uno mismo.
- El impacto de las redes sociales en la autoestima.

5. Impacto de la Tecnología en la Salud Mental

Objetivo: Reflexionar sobre el uso de la tecnología y sus efectos en la salud mental.

Temas:

- El impacto de las redes sociales en el bienestar emocional.
- Cómo establecer límites digitales saludables.
- El fenómeno de la "fatiga digital" y cómo combatirla.
- Estrategias para evitar la adicción al móvil y la tecnología.

6. Biblioterapia

Objetivo: El taller tiene como objetivo usar la lectura y la escritura como medios para fomentar la reflexión, el autoconocimiento y el manejo de emociones, con el fin de mejorar el bienestar mental de los participantes entre los 14 y 28 años.

Temas:

- Realizar una breve actividad de relajación o mindfulness para preparar a los participantes emocionalmente.
- Utilizar una **lectura breve** (poesía, fragmento de novela, cuento corto) que invite a la calma y la reflexión. Puede ser una pieza literaria que evoque emociones positivas o que se relacione con el tema del taller.
- Invitar a los participantes a compartir cómo se sienten tras la lectura.

Por lo anterior, se realizarán los talleres de la siguiente manera:

Tema	Cantidad de participantes	Cantidad de Sesiones	Hora sesión
Autocuidado y Bienestar Emocional	40	6	2
Manejo del Estrés y la Ansiedad	40	6	2
Depresión: Reconocimiento y Apoyo	40	6	2
Autoestima y Aceptación Personal	40	6	2
Impacto de la Tecnología en la Salud Mental	40	6	2
Biblioterapia	40	6	2

Nota: Cada uno de los grupos debe realizar una sesión de cada tema

Insumos:

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
TALLERISTA PSICOSOCIOAL	Profesional en psicología (según el SNIES) con experiencia de minino 2 años en temas relacionados con salud mental en jóvenes, quien se encargará de realizar la sesión guiada para la prevención y promoción de salud mental para jóvenes	36	SESION
BONO PARA LIBROS	Bono canjeable en libros relacionados con salud mental (concertado en mesa de co-creación) *Item no ofertable	40	UNIDAD
ALQUILER DE ESPACIO	Alquiler de espacio cerrado para mínimo cincuenta (40 personas) en optimas condiciones, debe incluir silletería, sonido video beam y minímo dos (2) baños.	40	SERVICIO
KIT PAPELERIA	Libreta con cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; estuche de 8 esferos en gel de colores, lápiz negro, estuche de 15 colores, 1 borrador,1 tajalápiz, 1 block tamaño carta mínimo 70 hojas, 1 block iris mínimo 35 hojas, 1 tijeras punta roma mediana y 1 barra de pegante mediana 40 gr	40	UNIDAD
REFRIGERIO	Un croissant, y/o pastel relleno con proteína animal mínimo 150 gr, mini brownie 45gr, Jugo: Mínimo 200 ml de contenido (envase tetra pack y/o botella plástica desechable) que contenga 14% de fruta, 4,5% de calorías, sin conservantes ni sabores artificiales. El refrigerio debe estar en empaque individual en bandeja elaborada en cartón 100 %reciclable y biodegradable, debe ser balanceado y responder a la normatividad vigente en lo que corresponde a las características organolépticas de conservación. Este debe incluir la transporte y entrega en el sitio de las reuniones	240	UNIDAD

Nota: Para el caso de los bonos de premiación, el presupuesto dispuesto por el Fondo de Desarrollo Local se conforma de la siguiente manera:

Descripción	Valor
Valor bono a entregar:	$ 250.000
Gastos Administrativos (5%):	$ 12.500
Valor Bono:	$ 262.500

Cada una de las operaciones económicas realizadas por el contratista deberá observar la normatividad vigente, en especial la tributaria y estarán sujetas a las condiciones establecidas en las responsabilidades que para cada caso se identifican en el RUT de quien suministra el bien y/o servicio, de igual manera deberá observarse lo establecido en la ley 789 de 2002 y demás normas aplicables.

Nota 1. Esta tabla es de carácter informativo, al momento de la presentación pública se aclarará con los participantes los posibles descuentos por cada bono de acuerdo con las particularidades tributarias aplicables a los casos, dejando claro que el IVA de la capitalización se generará en el momento de la redención del bono con los productos que se adquieran de acuerdo con el plan de inversión generado.

GASTOS ADMINISTRATIVOS PROCESO DE ENTREGA DE BONOS

Para la ejecución de la entrega de bonos, se hace necesaria la inclusión de un ítem destinado a cubrir los gastos administrativos, operativos e impositivos asociados a dicha entrega, los cuales son fundamentales para garantizar la trazabilidad, legalidad, efectividad y correcta ejecución del componente. Este ítem se justifica debido a que la entrega de bonos no se limita a la simple adquisición del instrumento económico, sino que implica un conjunto de acciones logísticas, técnicas, administrativas y fiscales, entre las cuales se destacan:

1. Diseño y legalización del mecanismo de entrega de bonos (físicos o digitales), incluyendo la verificación del proveedor y condiciones comerciales.
2. Coordinación operativa y logística para la entrega a los beneficiarios seleccionados, lo cual puede incluir citaciones, firmas, control de asistencia, custodia de bonos y documentación soporte.
3. Seguimiento, trazabilidad y control del uso de los bonos, con el fin de garantizar que estos se utilicen exclusivamente para la compra de insumos estratégicos definidos en los planes de inversión aprobados por el proyecto.
4. Acompañamiento técnico y administrativo a los beneficiarios, para resolver dudas, hacer seguimiento al uso del bono, y apoyar el proceso de redención.
5. Legalización contable y financiera ante el supervisor del contrato, incluyendo reportes físicos y digitales con sus respectivos soportes.
6. Pago de impuestos a que haya lugar, en el momento del pago que se realice al contratista, conforme a la normativa tributaria vigente.

Con base en lo anterior, se estima necesario asignar un valor correspondiente al cinco por ciento (5%) del total del componente de bonos, monto que se encuentra dentro de los márgenes razonables y aceptados para este tipo de gastos en proyectos de fortalecimiento económico local, garantizando así la transparencia, trazabilidad, eficacia y legalidad del proceso contractual.

ACTIVIDAD NO. 3. DDifLGBTIQ. CÍRCULOS SENTIPENSANTES DE CUERPOS Y GÉNEROS - CÓDIGO PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS No. 43262.

Objetivo: Implementar una estrategia de salud mental con rehabilitación basada en la comunidad integrando los factores de riesgo psicosocial que afectan a los sectores LGBTI y sus familias y redes de apoyo.

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

Resumen: Implementar una estrategia integral de salud mental y rehabilitación basada en la comunidad

Población objeto: Comunidad LGBTI

Cantidad de personas a beneficiar: Ciento veinte (120) personas

Talento humano:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
ARTICULADOR DE LA INICIATIVA	Un (1) articulador bachiller académico con mínimo seis (6) meses de experiencia de trabajo con sectores LGBTI en la localidad Rafael Uribe Uribe.	3	MES

El articulador de la iniciativa se deberá encargar de apoyar al coordinador general en el desarrollo de las actividades que se describen en el presente anexo técnico para la convocatoria, inscripciones y ejecución de la iniciativa CÍRCULOS SENTIPENSANTES DE CUERPOS Y GÉNEROS.

1. **Salida de conexión con la naturaleza para la prevención de la salud mental – cuarenta (40) personas**

Las personas pertenecientes al sector LGBTI enfrentan, en muchos contextos, desafíos únicos relacionados con la discriminación, la exclusión social, la violencia simbólica y el estrés de minorías. Estas experiencias pueden tener un impacto profundo en la salud mental, aumentando la vulnerabilidad a trastornos como la ansiedad, la depresión y el aislamiento social.

En este sentido, una salida de conexión con la naturaleza se propone como una estrategia de prevención y fortalecimiento del bienestar emocional en un entorno seguro, inclusivo y libre de juicios. Estar en la naturaleza ofrece múltiples beneficios: disminuye los niveles de estrés, mejora el estado de ánimo, fomenta la autorregulación emocional y promueve la introspección y el sentido de pertenencia.

Además, este tipo de actividad grupal permite construir redes de apoyo entre pares, lo que es esencial para la validación de identidades y el fortalecimiento de la autoestima. En un entorno natural, lejos de los prejuicios sociales cotidianos, las personas LGBTI pueden expresarse con mayor libertad, conectar con su entorno y consigo mismas, y experimentar un espacio de tranquilidad, aceptación y autocuidado.

Se deberá realizar las siguientes actividades:

Círculo de la Palabra para los sectores LGBTI como estrategia de fortalecimiento de la salud mental

Los sectores LGBTI continúa enfrentando desafíos significativos en materia de inclusión social, discriminación, violencia simbólica y barreras de acceso a servicios de salud mental con enfoque diferencial. Estas condiciones generan altos niveles de estrés, ansiedad, depresión e incluso riesgo de suicidio, afectando gravemente el bienestar emocional y psicológico de sus integrantes.

Frente a este contexto, se hace necesario implementar espacios comunitarios seguros que promuevan la escucha activa, la validación de identidades diversas y la expresión emocional libre de juicios. En este marco, el Círculo de la Palabra surge como una herramienta ancestral y terapéutica de profunda relevancia, que facilita la construcción colectiva del conocimiento, la sanación emocional y el fortalecimiento de los lazos comunitarios.

Mapa de Emociones para los sectores LGBTI como herramienta de apoyo a la salud mental (cartografía social)

El Mapa de Emociones es una herramienta psicoeducativa y terapéutica que permite a las personas explorar su mundo emocional de manera visual, participativa y consciente. Su uso en procesos grupales o individuales promueve el autoconocimiento, la autorregulación emocional y el fortalecimiento de la autoestima, pilares fundamentales para la prevención de trastornos psicológicos y la promoción de la salud mental.

Para las personas LGBTI, esta herramienta tiene un valor añadido: permite visibilizar cómo las experiencias relacionadas con la orientación sexual, la identidad o expresión de género influyen en el estado emocional cotidiano. También facilita el reconocimiento de emociones reprimidas, la validación de sentimientos asociados al rechazo o a la aceptación, y el desarrollo de habilidades socioemocionales como la empatía, la resiliencia y la expresión asertiva.

Además, el Mapa de Emociones puede ser una puerta de entrada para abrir diálogos sobre salud mental en entornos donde aún persiste el estigma, promoviendo así una cultura del cuidado y del acompañamiento colectivo.

La implementación de un Mapa de Emociones sera construido de manera grupal con enfoque en diversidad sexual y de género es una estrategia significativa para el acompañamiento emocional, la educación afectiva y el empoderamiento psicosocial de los sectores LGBTI,

contribuyendo directamente al fortalecimiento de su salud mental desde una perspectiva inclusiva, respetuosa y transformadora.

Se debera presentar un informe diagnóstico de la cartografía social el cual deberá contener información de primeros auxilios psicológicos, redes familiares biológicas y construidas, factores protectores y factores de riesgo en salud mental para los sectores LGBTI en la localidad de Rafael Uribe Uribe, se debe remitir para aprobación de la mesa local LGBTI.

Inscripciones

los beneficiarios deberán cumplir con los siguientes requisitos mínimos:

- Residir o estudiar en la Localidad, aportar certificado de residencia (recibo publico) o de estudio, o certificado que demuestre vinculación constante del ciudadano con la localidad de Rafael Uribe Uribe
- Formato de inscripción y consentimiento informado para registro fotográfico y video.
- Demás documentos que el ejecutor y el FDLRUU estipulen en la fase de alistamiento.

La lista de inscritos deberá contener los siguientes datos:

- Fecha de inscripción
- Nombres completos
- Edad
- Fecha de nacimiento
- Identidad de género
- Sexo
- Tipo y número de identificación
- Organización o grupo de interés
- Régimen de afiliación a salud
- Identificación con uno o más grupos poblacionales y con enfoque diferencial (grupos étnicos, raizales, ROM, afrodescendientes, LGBTI, habitantes de calle, víctimas de conflicto)
- Dirección, barrio y localidad.
- Teléfonos de contacto (registrar mínimo 2 para efectos de ubicación)

NOTA: Se seleccionará a los primeros 40 inscritos que cumplan con los requisitos previamente descritos.

Insumos:

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
SERVICIO DE TRASLADO A BENEFICIARIOS	BUS CON CAPACIDAD DE CUARENTA (40) PERSONAS - transporte de ida y regreso, los vehículos ofrecidos para el transporte deberán contar con los siguientes requisitos: Modelo 2019 en adelante, deben contar con pólizas vigentes, seguro obligatorio de accidentes de tránsito SOAT, Póliza de responsabilidad civil extracontractual, Certificado de revisión técnico mecánica aprobada, licencia de tránsito, los conductores deben contar con licencia de conducción vigente de acuerdo con la categoría del vehículo.	1	UNIDAD
REFRIGERIO	Un croissant, y/o pastel relleno con proteína animal mínimo 150 gr, mini brownie 45gr, Jugo: Mínimo 200 ml de contenido (envase tetra pack y/o botella plástica desechable) que contenga 14% de fruta, 4,5% de calorías, sin conservantes ni sabores artificiales. El refrigerio debe estar en empaque individual en bandeja elaborada en cartón 100 %reciclable y biodegradable, debe ser balanceado y responder a la normatividad vigente en lo que corresponde a las características organolépticas de conservación. Este debe incluir la transporte y entrega en el sitio de las reuniones	40	UNIDAD
AMBULANCIA MEDICALIZADA	AMBULANCIA MEDICALIZADA: Módulo de estabilización y clasificación de lesionado por la SDS en la Ciudad de Bogotá, debe incluir recurso humano, integrado por DOS (2) auxiliares de enfermería y un (1) médico profesional, además de todos los insumos como loa indica la normatividad vigente. durante doce (12) horas por día	1	UNIDAD
TALLERISTA PSICOSOCIAL	Profesional en psicología (según el SNIES) con experiencia de minino 2 años en temas relacionados con salud mental en sectores LGBTI, quien se encargará de realizar la sesión guiada para la prevención y promoción de salud mental	1	SERVICIO
SEGURO DE VIDA CONTRA ACCIDENTES	El contratista deberá asegurar a cada uno de los beneficiarios participantes en las actividades a ejecutar. Para ello presentará las pólizas al supervisor / apoyo a la supervisión, para su aprobación, específicamente seguro de vida y seguro en viaje, además incluirá cualquier tipo de accidente, golpes, fracturas, entre otras.	40	UNIDAD
APOYOS LOGÍSTICO	Apoyo logístico Bachiller con experiencia laboral de seis (6) meses	5	UNIDAD
INVESTIGADOR (A) SOCIAL	Investigador(a) social: Persona experta en investigaciones sociales con los sectores LGBTI, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	1	MES
AUXILIAR DE INVESTIGACIÓN	Auxiliar de investigación: Asistente en investigaciones sociales con los sectores LGBTI, con experiencia los sectores LGBTI, con experiencia de mínimo seis (6) meses de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	1	MES
RELATOR	Relator: Persona encargada de llevar la relatoría de las actividades realizadas en la actividad, con experiencia certificado de trabajo con sectores LGBTI de mínimo seis (6) meses en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales de la localidad	1	JORNADA
BOLSA PAPELERIA PARA CARTOGRAFIA	Papelógrafos, cartulinas o lienzos grandes (papel kraft o tela) Marcadores, lápices, crayones o pinturas Revistas, recortes, pegamento y tijeras (para técnicas de collage)	1	UNIDAD

	Post-its o etiquetas adhesivas (para categorizar temas o emociones) *item no ofertable		

NOTA: El operador se deberá encargar del trámite para la solicitud del préstamo del parque ecológico entre nubes o uno similar para la realización de la actividad.

Nota: El investigador social y el auxiliar de investigación se encargarán de realizar la metodología y ejecución del taller direccionado a la cartografía social,

2. Talleres de salud mental dirigido a comunidad LGBTI

La salud mental es un componente esencial del bienestar y la calidad de vida de cualquier persona. Sin embargo, los sectores LGBTI enfrentan condiciones estructurales que los hacen más vulnerables a experimentar problemas emocionales y psicológicos. La discriminación, la exclusión social, la violencia de género, el rechazo familiar, la invisibilización y la estigmatización son factores que inciden de manera directa en el deterioro de la salud mental en esta población.

Diversos estudios han evidenciado que las personas LGBTI tienen tasas más altas de ansiedad, depresión, estrés crónico, consumo problemático de sustancias e incluso intentos de suicidio, en comparación con la población general. Esta realidad no se debe a su orientación sexual o identidad de género, sino a las violencias y barreras que enfrentan en su entorno.

En este contexto, **los talleres de salud mental con enfoque LGBTI** son una estrategia clave de prevención, contención y empoderamiento. Estos espacios permiten:

- **Brindar herramientas emocionales** para enfrentar situaciones de discriminación y exclusión.
- **Fomentar el autocuidado y la autoestima**, reconociendo y validando identidades diversas.
- **Promover redes de apoyo y contención**, rompiendo el aislamiento social.
- **Educar sobre derechos sexuales y reproductivos**, así como sobre salud mental con enfoque interseccional.

Además, estos talleres permiten visibilizar las voces de las personas LGBTI, generar reflexión colectiva, e impulsar transformaciones sociales y culturales en torno al respeto, la empatía y la diversidad.

Por estas razones, implementar talleres de salud mental dirigidos a sectores LGBTI no solo es una acción necesaria, sino urgente y fundamental para garantizar el derecho a una vida digna, libre de violencia y con acceso a servicios de salud con enfoque diferencial e inclusivo.

Inscripciones

los beneficiarios deberán cumplir con los siguientes requisitos mínimos:

- Residir o estudiar en la Localidad, aportar certificado de residencia (recibo publico) o de estudio, o certificado que demuestre vinculación constante del ciudadano con la localidad de Rafael Uribe Uribe
- Formato de inscripción y consentimiento informado para registro fotográfico y video.
- Demás documentos que el ejecutor y el FDLRUU estipulen en la fase de alistamiento.

La lista de inscritos deberá contener los siguientes datos:

- Fecha de inscripción
- Nombres completos
- Edad
- Tipo y número de identificación
- Organización o grupo de interés
- Régimen de afiliación a salud
- Identificación con uno o más grupos poblacionales y con enfoque diferencial (grupos étnicos, raizales, ROM, afrodescendientes, LGBTI, habitantes de calle, víctimas de conflicto)
- Dirección, barrio y localidad.
- Teléfonos de contacto (registrar mínimo 2 para efectos de ubicación)

NOTA: Se seleccionará a los primeros 80 inscritos que cumplan con los requisitos previamente descritos, 20 por cada taller.

1. **Taller de biodanza:**

Los talleres de biodanza ofrecen un espacio terapéutico y transformador donde las personas pueden reconectar con su cuerpo, sus emociones y su identidad desde un lugar seguro, respetuoso y libre de prejuicios. La biodanza, como sistema de integración afectiva, renovación orgánica y reaprendizaje de las funciones vitales a través del movimiento, la música y el encuentro, es especialmente valiosa para el fortalecimiento emocional y la reconstrucción del sentido de pertenencia.

Para personas LGBTI, muchas de las cuales han vivido experiencias de vergüenza corporal, miedo al contacto o bloqueo emocional, la biodanza permite:

- Reconstruir la relación con el cuerpo desde el placer, el respeto y la autoaceptación.
- Liberar tensiones emocionales asociadas a la represión, el rechazo o la invisibilización.
- Fomentar la expresión libre de la identidad de género y orientación sexual en un ambiente inclusivo.
- Fortalecer la autoestima y la confianza, reconociendo el valor único de cada persona.
- Promover vínculos sanos a través de la empatía, el afecto y la comunicación no verbal.
- Reducir el estrés y la ansiedad, contribuyendo así a la prevención de problemáticas de salud mental.

Además, estos talleres generan espacios comunitarios seguros donde se valida la diversidad corporal, afectiva y de género, impulsando una cultura del cuidado y la sanación colectiva.

Por todo ello, implementar talleres de biodanza para sectores LGBTI no solo representa una herramienta terapéutica efectiva, sino también una forma de resistencia amorosa, autoafirmación y construcción de bienestar desde el cuerpo, el arte y la afectividad.

CANTIDAD DE PARTICIPANTES	SESIONES	HORA SESION	HORAS TOTALES
20	10	2	20

2. Yogaterapia:

Los **talleres de yogaterapia** ofrecen una estrategia integral de sanación, autocuidado y fortalecimiento del bienestar. La yogaterapia combina técnicas del yoga tradicional (posturas físicas, respiración consciente, relajación y meditación) con un enfoque terapéutico adaptado a las necesidades emocionales y físicas de cada persona.

Para las personas LGBTI, muchas de las cuales han vivido experiencias de rechazo, trauma, desarraigo o violencia corporal, la yogaterapia puede convertirse en una vía poderosa para:

- **Reconectar con el cuerpo** desde el respeto, la aceptación y el no juicio.
- **Liberar tensiones emocionales y físicas** acumuladas por situaciones de discriminación o exclusión.
- **Regular el sistema nervioso**, reduciendo el estrés, la ansiedad y los efectos del trauma.
- **Mejorar la autoestima y la autoimagen corporal**, fundamentales en el proceso de afirmación de identidad.

- **Fomentar el bienestar integral**, armonizando cuerpo, mente y emociones.
- **Crear espacios seguros e inclusivos**, donde las identidades diversas sean reconocidas, respetadas y valoradas.

Además, los talleres de yogaterapia promueven una cultura de cuidado personal y colectivo, que invita a las personas LGBTI a sanar desde la conciencia corporal, la respiración y el silencio interior, en un entorno libre de prejuicios y violencia simbólica.

Por todo esto, implementar **talleres de yogaterapia para sectores LGBTI** no solo es una respuesta preventiva ante el deterioro de la salud mental, sino también una oportunidad de empoderamiento, sanación y afirmación de las identidades diversas a través del cuerpo y el cuidado consciente.

CANTIDAD DE PARTICIPANTES	SESIONES	HORA SESION	HORAS TOTALES
20	10	2	20

3. Musicoterapia:

Los **talleres de musicoterapia** surgen como una herramienta terapéutica y expresiva de gran valor para acompañar procesos de sanación, contención emocional y empoderamiento personal y colectivo. La musicoterapia utiliza la música y sus elementos (ritmo, melodía, armonía, improvisación, escucha activa, entre otros) con fines terapéuticos, psicosociales y educativos.

En el caso de los sectores LGBTI, esta práctica ofrece múltiples beneficios:

- **Facilita la expresión emocional no verbal**, lo que es especialmente importante cuando existen bloqueos, miedos o traumas relacionados con la identidad de género u orientación sexual.
- **Reduce los niveles de estrés y ansiedad**, promoviendo estados de calma y bienestar emocional.
- **Fortalece la autoestima, la autoaceptación y la identidad**, a través del arte, la creación y el reconocimiento personal.
- **Genera espacios seguros** donde se promueve la libertad de expresión, el respeto por la diversidad y la validación de las experiencias individuales.
- **Fomenta la conexión social y la empatía**, creando vínculos entre personas que comparten vivencias similares, lo que contribuye a la construcción de redes de apoyo.
- **Permite resignificar experiencias dolorosas** a través del arte y la creación musical, facilitando procesos de sanación colectiva.

Los talleres de musicoterapia, además de tener un enfoque terapéutico, promueven la inclusión, la escucha activa, la creatividad y el reconocimiento de las voces diversas. Constituyen una estrategia preventiva y de acompañamiento emocional que responde de forma sensible y respetuosa a las necesidades específicas de las personas LGBTI.

Por todas estas razones, implementar **talleres de musicoterapia para sectores LGBTI** representa una acción transformadora, inclusiva y reparadora, que contribuye significativamente al bienestar emocional, la salud mental y la dignificación de las identidades diversas.

CANTIDAD DE PARTICIPANTES	SESIONES	HORA SESION	HORAS TOTALES
20	10	2	20

4. Logoterapia:

los **talleres de logoterapia** representan una propuesta terapéutica profundamente humanista y transformadora, enfocada en la búsqueda del sentido como eje central para superar el sufrimiento. La logoterapia, desarrollada por Viktor Frankl, parte de la premisa de que el ser humano puede enfrentar el dolor y las adversidades si logra encontrar un propósito o significado en su vida.

Para las personas LGBTI, estos talleres ofrecen una vía concreta para:

- **Reconstruir el sentido de vida** desde su historia personal, identidad y experiencias, más allá del dolor o el rechazo vivido.
- **Fortalecer la autoestima y la autoaceptación**, reconociendo que cada persona tiene un valor único y digno por el simple hecho de existir.
- **Transformar el sufrimiento en una fuente de crecimiento**, resiliencia y empoderamiento personal.
- **Explorar valores, metas y proyectos de vida**, desde una mirada afirmativa y libre de prejuicios sobre la orientación sexual o identidad de género.
- **Fomentar el diálogo interior y la reflexión profunda**, promoviendo decisiones más conscientes y alineadas con los propios valores.
- **Crear espacios de escucha y contención emocional**, donde las personas LGBTI se sientan reconocidas, validadas y acompañadas.

Estos talleres no solo contribuyen a la prevención del deterioro de la salud mental, sino que fortalecen los recursos internos, espirituales y emocionales que permiten a las personas vivir con mayor plenitud, dignidad y sentido, incluso en contextos adversos.

Por todo lo anterior, implementar **talleres de logoterapia para sectores LGBTI** es una estrategia psicoexistencial necesaria y profundamente reparadora, que acompaña desde el respeto, el amor propio y el reconocimiento de la libertad interior, aportando a la salud integral y la construcción de vidas con sentido.

CANTIDAD DE PARTICIPANTES	SESIONES	HORA SESION	HORAS TOTALES
20	10	2	20

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
TALLERISTA PSICOSOCIAL	Profesional en psicología (según el SNIES) con experiencia de minino 2 años en temas relacionados con salud mental en sectores LGBTI, quien se encargará de realizar la sesión guiada para la prevención y promoción de salud mental	40	SESION
TALLERISTA EN BIODANZA	TALLERISTA EN BIODANZA: Persona experta en talleres de biodanza con los sectores LGBTI, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	10	SESION
TALLERISTA EN YOGATERAPIA	TALLERISTA EN YOGATERAPIA: Persona experta en talleres de yogaterapia con los sectores LGBTI, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	10	SESION
TALLERISTA EN MUSICOTERAPIA	TALLERISTA EN MUSICOTERAPIA: Persona experta en talleres de musicoterapia con los sectores LGBTI, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	10	SESION
TALLERISTA EN LOGOTORAPIA	TALLERISTA EN LOGOTORAPIA: Persona experta en talleres de logoterapia con los sectores LGBTI, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	10	SESION
ALQUILER DE ESPACIO	Alquiler de espacio cerrado para mínimo cincuenta (40 personas) en óptimas condiciones, debe incluir silletería, sonido video beam y minímo dos (2) baños.	40	SERVICIO
KIT BIODANZA	KIT BIODANZA: 1 Colchoneta o manta para momentos de relajación. (Medidas: Largo: 1.83 cm Ancho; 68 cm Espesor: 0.5 cm) 3 Velas de cera vegetal aromatizada. Con un pabilo de algodón encerado para una quemadura limpia y uniforme, y presentada en un elegante frasco de vidrio TAMAÑO:6.5CM*5.5CM 1 libreta cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; estuche de 8 esferos en gel de colores, lápiz negro, estuche de 8 colores, 1 borrador de nata, 1 tajalápiz. 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml	20	UNIDAD

KIT YOGATERAPIA	Kit de yoga: 1 Colchoneta o manta para momentos de relajación. (Medidas: Largo: 1.83 cm Ancho; 68 cm Espesor: 0.5 cm) 1 Bloques de yoga: ayudan a adaptar posturas para personas con movilidad reducida. (Material: TPE (Elastómero termoplástico) de alta densidad. Medidas: Largo; 23 cm. Ancho; 8 cm. Alto; 15.5 cm) 1 kit de banda elástica (mayor resistencia Grosor: 1mm. resistencia media Grosor: 45mm baja resistencia Grosor: 30mm. Medidas: Largo; 124 cm. Ancho; 15 cm) 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml	20	UNIDAD
KIT MUSICOTERAPIA	Kit musicoterapia: 1 Libreta con cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; 1 esfero ecológico 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml. 2 mancuernas de 1 libra 1 kit de banda elástica (mayor resistencia Grosor: 1mm. resistencia media Grosor: 45mm) 1 parlante portátil de 20 w, speaker, con conexión bluetooth	20	UNIDAD
KIT LOGOTERAPIA	Kit logoterapia: 1 Libreta con cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; estuche de 8 esferos en gel de colores, lápiz negro, estuche de 8 colores, 1 borrador de nata, 1 tajalápiz 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml. 3 Velas de cera vegetal aromatizada. Con un pabilo de algodón encerado para una quemadura limpia y uniforme, y presentada en un elegante frasco de vidrio TAMAÑO:6.5CM*5.5CM 2 esencia o aceite esencial (10 ml) – apto para aromaterapia, lavanda, eucalipto u otro aroma relajante. 1 difusor eléctrico de aroma pequeño mínimo de 100 ml – presentación segura, sin combustión tóxica.	20	UNIDAD
REFRIGERIO	Un croissant, y/o pastel relleno con proteína animal mínimo 150 gr, mini brownie 45gr, Jugo: Mínimo 200 ml de contenido (envase tetra pack y/o botella plástica desechable) que contenga 14% de fruta, 4,5% de calorías, sin conservantes ni sabores artificiales. El refrigerio debe estar en empaque individual en bandeja elaborada en cartón 100 %reciclable y biodegradable, debe ser balanceado y responder a la normatividad vigente en lo que corresponde a las características organolépticas de conservación. Este debe incluir la transporte y entrega en el sitio de las reuniones	800	UNIDAD

Nota: El operador deberá presentar la metodología de todos los talleres al apoyo a la supervisión para su correspondiente aprobación

3. Base comunitaria para la prevención de salud mental LGBTI

Muchas personas LGBTI no acceden a servicios de salud mental formales, ya sea por temor a ser juzgadas, por experiencias previas de discriminación institucional o por la falta de profesionales con formación en diversidad sexual y de género. En este contexto, **los dispositivos de base comunitaria** emergen como una estrategia fundamental para garantizar el cuidado emocional, la prevención y la promoción de la salud mental en estos sectores.

Los dispositivos comunitarios son espacios, acciones o estructuras creadas desde y para la comunidad, que reconocen los saberes locales, fomentan la participación activa y promueven redes de cuidado colectivo. En el caso de los sectores LGBTI, su implementación responde a varias necesidades clave:

- **Garantizar espacios seguros, inclusivos y de confianza**, donde las personas puedan expresarse sin temor al juicio ni a la violencia.
- **Fortalecer el sentido de pertenencia, identidad y comunidad**, como factores protectores ante el sufrimiento psicosocial.
- **Validar saberes y experiencias propias**, reconociendo que las comunidades LGBTI también construyen formas de cuidado y sanación desde lo colectivo.
- **Articular con redes institucionales y sociales**, permitiendo canalizar casos complejos a dispositivos formales de salud mental cuando sea necesario.

La implementación de dispositivos comunitarios no reemplaza al sistema de salud mental formal, sino que lo complementa desde una lógica más cercana, empática y respetuosa de la diversidad. Además, promueve el enfoque de derechos humanos, interseccionalidad y cuidado comunitario como pilares fundamentales.

Por estas razones, **crear dispositivos de base comunitaria para la salud mental de los sectores LGBTI** es una acción urgente, transformadora y profundamente necesaria para construir sociedades más justas, sanas e inclusivas.

Para tal efecto y la consolidación de la base comunitaria para la salud mental de los sectores LGBTI, se realizará en un (1) evento a las ciento veinte (120) personas beneficiadas de las actividades 1 y 2, con el objetivo de realizar una acción institucional que tendrá como eje central el tema de la salud mental en la práctica del chemsex mediante la metodología de work café en seis (6) puntos de trabajo de 20 personas cada uno, donde al final se socializará el resultado de trabajo de cada mesa

Es una dinámica estructurada en la que los participantes se dividen en **pequeños grupos** sentados en mesas tipo café, donde conversan sobre una pregunta central. Después de un tiempo, las personas rotan a otras mesas, **compartiendo ideas y conectando perspectivas**. Cada mesa tiene un/a **anfitrión/a o facilitador/a** que permanece y recoge lo compartido. (La metodología deberá ser presentada por el operador para concertación y aprobación en Comité técnico de seguimiento.

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
MODERADOR(A)	Moderador experto en chemsex y salud mental y experiencia de trabajo con sectores LGBTI de mínimo un(1) año en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales de la localidad	1	SERVICIO
ALQUILER CARPA	CARPA Tamaño 3*3 metros con Laterales en el momento de la instalación, incluye transporte e instalación.	6	UNIDAD
ALQUILER MESAS	Alquiler de mesas plásticas polipropileno medidas 77 cm X 74 cm alto - color blanco (incluye transporte, montaje y retiro del lugar) Se usarán para el almuerzo, muestras gastronómicas, reparto de refrigerios y demás actividades que lo requieran.	24	UNIDAD
ALQUILER SILLAS	Alquiler Sillas blancas sin brazo (incluye transporte, montaje y retiro del lugar)	120	UNIDAD
ALQUILER DE PLANTA ELECTRICA	Alquiler plantas eléctricas de 2.500W insonoras y móviles con capacidad de trabajo de mínimo 4 horas diarias que garanticen el correcto funcionamiento del evento.	1	UNIDAD
SONIDO	Alquiler de Sonido profesional: consola integrada de mínimo 8 canales, Dos Bajos activos 8 Pulgadas Beta 3 "700 w" Tres Cabinas Activas Beta 3 de 15" "500 w" (un monitor y dos de salida) Tres micrófonos Inalámbricos BETA/SHURE beta 58 Tres micrófonos alámbricos BETA/SHURE Una Extensión 50 metros.	1	SERVICIO
PONENTES	Ponentes con conocimiento en chemsex y salud mental y experiencia de trabajo con sectores LGBTI de mínimo seis (6) meses en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales de la localidad	6	SERVICIO
RELATOR	Relator: Persona encargada de llevar la Relatoría de las actividades realizadas en la actividad, con experiencia certificado de trabajo con sectores LGBTI de mínimo seis (6) meses en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales de la localidad	6	SERVICIO
BOLSA PAPELERIA MESAS DE TRABAJO	Papelógrafos, cartulinas o lienzos grandes (papel kraft o tela) Marcadores, lápices, crayones o pinturas Revistas, recortes, pegamento y tijeras (para técnicas de collage) Post-its o etiquetas adhesivas (para categorizar temas o emociones) *item no ofertable	1	UNIDAD
KIT	Kit: 1 Gorra malla lisa 60% algodón 40% poliéster, Visera curva rígida, Botón superior forrado, Cierre plástico, con logos institucionales; 1 Camiseta Tipo Polo de manga corta, elaborada en 100% algodón con logos institucionales	120	UNIDAD
ESTACION DE CAFE	Estación de café con opción de agua aromática dispuesta para ciento veinte (120) personas	1	UNIDAD

NOTA: El operador deberá tramitar el préstamo del espacio físico donde se realizará la actividad el cual será concertado en comité de seguimiento.

NOTA: Se deberá entregar en el informe de la actividad las memorias de los temas desarrollados en las mesas de trabajo del work café.

NOTA: El proceso de creación del Dispositivo de Base Comunitaria debe ser el resultado final de todas acciones de la actividad No. 3.

ACTIVIDAD NO. 4. DDIFETNICO. ATENCIÒN Y PREVENCIÒN EN SALUD MENTAL A PUEBLOS INDÌGENAS DE RUU PARA EL BUEN VIVIR - CÓDIGO PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS No. 43271.

Objetivo: Diseñar e implementar estrategias para la atención y prevención de la salud mental en la población indígena de la localidad Rafael Uribe Uribe, de acuerdo con los saberes usos, costumbre y cosmovisiones. Identificando los factores de riegos, para abordar a través de los conocimientos y saberes propios, medicina propia para la armonía y equilibrio espiritual.

Resumen: Atención a la salud mental de los pueblos indígenas RUU saberes propios

Población objeto: Cinco (5) pueblos indígenas de la localidad Ingas, Pastos, Cubeo, Yanacona y Uitoto, una (1) familia nasa y comunidad en general

Cantidad de personas a beneficiar: Setenta (70) personas

Talento Humano:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
ARTICULADOR DE LA INICIATIVA	Un (1) articulador bachiller académico con mínimo un (1) año de experiencia de trabajo con cabildos indígenas en la localidad Rafael Uribe Uribe.	3	MES
PROFESIONAL EN PSICOLOGÍA	Profesional en psicología (según el SNIES) con experiencia de minino 1 año en temas relacionados con salud mental en pueblos indígenas en la localidad de Rafael Uribe Uribe. (Con pertenencia étnica indígena)	3	MES
PROFESIONAL EN ENFERMERIA	Profesional en enfermería (según el SNIES) con experiencia de minino 1 año en temas relacionados con salud mental en pueblos indígenas en la localidad de Rafael Uribe Uribe. (Con pertenencia étnica indígena)	3	MES
GESTOR POR CADA PUEBLO	Cinco gestores uno por cada pueblo indígena, bachiller con experiencia laboral de seis (6) meses (Con pertenencia étnica indígena)	3	MES

El articulador de la iniciativa se deberá encargar de apoyar al coordinador general en el desarrollo de las actividades que se describen en el presente anexo técnico para la convocatoria, inscripciones y ejecución de la iniciativa ATENCIÒN Y PREVENCIÒN EN SALUD

MENTAL A PUEBLOS INDÌGENAS DE RUU PARA EL BUEN VIVIR, así mismo, los profesionales en psicología, enfermería y gestores de cada pueblo deberán dirigir y/o apoyar todas las actividades de la presente iniciativa y atender las solicitudes requeridas por el coordinador general y/o Fondo de Desarrollo Local de Rafael Uribe Uribe.

1. Recorrido diagnostico desde el occidental con profesionales indígenas para valoración o sesión colectiva de diagnóstico en salud mental - (40 personas)

Esta iniciativa pretende identificar y documentar cómo abordan las comunidades indígenas las estrategias de prevención en salud mental y gestión de riesgos psicosociales, desde sus propias cosmovisiones, tradiciones y sistemas de cuidado ancestral. El objetivo es reconocer, visibilizar y respetar sus prácticas culturales como formas válidas y efectivas de salud comunitaria.

Además, se realizará una **georreferenciación** de las prácticas, permitiendo ubicar territorialmente las experiencias y tradiciones vinculadas al cuidado emocional y espiritual en sus contextos específicos.

Los objetivos del ejercicio diagnostico son los siguientes:

- Reconocer las prácticas y saberes propios de prevención en salud mental en cada uno de los pueblos mencionados.
- Documentar las estrategias tradicionales de afrontamiento frente al sufrimiento psicosocial, los duelos, los traumas y los conflictos comunitarios.
- Ubicar geográficamente las experiencias y territorios donde estas prácticas se desarrollan, mediante herramientas de georreferenciación cultural.
- Fortalecer el diálogo intercultural entre saberes indígenas y enfoques occidentales en salud mental, respetando la autonomía y cosmovisión de cada pueblo.
- Reconocer los **factores de riesgo** que afectan la salud mental en cada comunidad, desde una lectura contextual y cultural.
- Visibilizar los **factores protectores** presentes en las dinámicas espirituales, familiares, ecológicas y comunitarias.

Para lo anterior, se realizará sesiones de 20 minutos individuales con las 40 personas seleccionadas de los cinco (5) pueblos indígenas de la localidad, los cuales son Ingas, Pastos, Cubeo, Yanacona, Uitoto y una (1) familia Nasa que se distribuirán en jornadas de medio tiempo por cada pueblo para un total de 3 días:

PUEBLO INDIGENA	CANTIDAD DE PARTICIPANTES	SESIONES	TIEMPO DE SESIÓN
Ingas	8	1	20 minutos

Pastos	8	1	20 minutos
Cubeo	8	1	20 minutos
Yanacona	8	1	20 minutos
Witoto	8	1	20 minutos

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
KIT PAPELERIA	Kit: Libreta con cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; estuche de 8 esferos en gel de colores, lápiz negro, estuche de 8 colores, borrador mirado 2, tajalápiz	40	UNIDAD
KIT MEDICINA ANCESTRAL	Medicinas ancestrales, velas aromáticas, frutas, velas y demás insumos que requieran las sabedoras ancestrales en salud mental. *Item no ofertable concertado en mesa de co-creación	5	SERVICIO
REFRIGERIOS	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Un (1) solido de mínimo 200gr Una (1) fruta entera de temporada de mínimo 80g. Una (1) una bebida tradicional de refresco o néctar de fruta no alcohólica, no láctea, un dulce o Bebida caliente de 9 onzas. un dulce tradicional de mínimo 50 gr (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos , incluye transporte de entrega.	40	UNIDAD

ALMUERZO	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Una (1) Entrada (Sopa, crema, consomé o fruta) Una (1) proteína de 180 gramos mínimo (Pollo, carne de res, cerdo ó pescado) Dos (2) Porciones de Carbohidratos entre 80 y 100 gramos (Papa, yuca, o cualquier otro tubérculo, plátano, cereales y productos derivados (Tortas, arroz, pastas, entre otros) Una (1) guarnición porción de 100 gramos (fríjoles, garbanzos, lentejas, arverja) o porción verdura fría y/o caliente de 100 gramos mínimo. Una (1) Bebida caliente o fría de 16 onzas. El empaque del almuerzo debe tener mínimo tres divisiones, Biodegradable. (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos y preparación del mismo día, incluye transporte de entrega.	40	UNIDAD

NOTA: El espacio donde se desarrollarán las actividades serán gestionados por el articulador de la iniciativa juntos con los pueblos indígenas, puesto que, en mesa de co-creación se concertó que se desarrollara en los espacios propios de cada pueblo.

2. Círculos de palabra con cada sabedor de comunidad – 70 personas

El Círculo de la Palabra es una práctica ancestral profundamente significativa para muchos pueblos indígenas. Es un espacio donde la palabra es medicina, el silencio tiene valor, y el respeto por la voz del otro/a fortalece el tejido colectivo. Utilizar esta herramienta dentro de procesos de salud mental representa no solo una acción terapéutica, sino también una estrategia culturalmente pertinente de cuidado emocional y espiritual.

En el marco de la salud mental comunitaria, los pueblos indígenas han sostenido históricamente formas propias de sanación colectiva basadas en el relato, el consejo, el canto, la espiritualidad y el sentido comunitario. Estas formas han sido invisibilizadas o deslegitimadas por modelos clínicos occidentales que muchas veces no reconocen las dimensiones culturales del sufrimiento y el cuidado.

Razones para implementar un Círculo de la Palabra en salud mental indígena:

1. Reafirma una práctica cultural originaria, reconociendo la validez de los saberes propios frente al sufrimiento, el duelo y los conflictos.

2. Fortalece el tejido comunitario y la confianza, factores clave de protección para la salud mental.

3. Permite la expresión emocional segura en contextos donde hablar del dolor no siempre ha sido posible.

4. Acompaña procesos de duelo, pérdida, desarraigo o trauma sin patologizar, sino desde el cuidado mutuo.

5. Facilita la reconexión con el territorio, la memoria y los vínculos como parte de la sanación.

6. Brinda espacio para que los sabedores, parteras, mayores y guías espirituales aporten desde su experiencia.

Valor terapéutico y cultural del Círculo de la Palabra:

- Se genera un ambiente de horizontalidad y respeto, donde cada persona tiene derecho a ser escuchada sin juicio.

- Ayuda a aliviar la carga emocional a través del acto de compartir, que permite nombrar y resignificar el dolor.

- Permite colectivizar el sufrimiento, sacándolo del ámbito privado, y transformar el dolor individual en experiencia común.

- Integra aspectos psicológicos, espirituales y simbólicos, fortaleciendo una visión integral de la salud.

El uso del Círculo de la Palabra en salud mental no impone un modelo externo, sino que se alinea con las formas indígenas de construir bienestar, identidad y sanación. Es una herramienta que facilita el diálogo intercultural en salud, permitiendo que profesionales o acompañantes respeten y aprendan de los procesos propios del territorio.

El Círculo de la Palabra no es solo una estrategia terapéutica, sino una acción de resistencia cultural, de dignificación de la voz colectiva y de afirmación espiritual. En contextos indígenas, aplicar esta práctica en clave de salud mental es reconocer que la salud no es solo ausencia de enfermedad, sino armonía con la comunidad, el territorio, los ancestros y uno mismo.

Este círculo de la palabra será un proceso de sanación y armonías de los factores de riesgo que se evidenciaron en la actividad No. 1 con los mismos 40 participantes de dicho ejercicio diagnóstico, conforme a la cosmovisión de cada pueblo, donde se invitara a 30 personas comunidad en general para que puedan aprender de la sabiduría ancestral de los pueblos indígenas desde su cosmovisión

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

Cada una de las comunidades, socializará la identificación de la georreferenciación, acompañado por los sabedores, con duración de seis horas, se distribuirá cuatro grupos de 12 participantes y 2 grupos de 11 participantes.

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
SABEDOR(A)	Sabedores ancestrales con experticia y reconocimiento desde la visión de salud mental de los pueblos indígenas	5	SERVICIO
KIT SABERDORAS ANCESTRALES EN SALUD MENTAL	Medicinas ancestrales, velas aromáticas, frutas, velas y demás insumos que requieran las sabedoras ancestrales en salud mental. *Item no ofertable concertado en mesa de co-creación	5	UNIDAD
BOLSA PAPELERIA	Papelógrafos, cartulinas o lienzos grandes (papel kraft o tela) Marcadores, lápices, crayones o pinturas Revistas, recortes, pegamento y tijeras (para técnicas de collage) Post-its o etiquetas adhesivas (para categorizar temas o emociones) *item no ofertable	1	UNIDAD
SONIDO	Alquiler de Sonido profesional: consola integrada de mínimo 8 canales, Dos Bajos activos 8 Pulgadas Beta 3 “700 w” Tres Cabinas Activas Beta 3 de 15” “500 w” (un monitor y dos de salida) Tres micrófonos Inalámbricos BETA/SHURE beta 58 Tres micrófonos alámbricos BETA/SHURE Una Extensión 50 metros.	1	SERVICIO
ALQUILER MESAS	Alquiler de mesas plásticas polipropileno medidas 77 cm X 74 cm alto - color blanco (incluye transporte, montaje y retiro del lugar) Se usaran para el almuerzo, muestras gastronómicas, reparto de refrigerios y demás actividades que lo requieran.	18	UNIDAD
ALQUILER SILLAS	Alquiler Sillas blancas sin brazo (incluye transporte, montaje y retiro del lugar)	70	UNIDAD
ALQUILER CARPA	CARPA Tamaño 3*3 metros con Laterales en el momento de la instalación, incluye transporte e instalación.	15	UNIDAD
MODERADOR	Moderador(a) para el evento de toda la jornada (maestro de ceremonia) (Con pertenencia étnica indígena)	1	SERVICIO
REFRIGERIOS	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Un (1) solido de mínimo 200gr Una (1) fruta entera de temporada de mínimo 80g. Una (1) una bebida tradicional de refresco o néctar de fruta no alcohólica, no láctea, un dulce o Bebida caliente de 9 onzas. un dulce tradicional de mínimo 50 gr (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos , incluye transporte de entrega.	70	UNIDAD

ALMUERZO	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Una (1) Entrada (Sopa, crema, consomé o fruta) Una (1) proteína de 180 gramos mínimo (Pollo, carne de res, cerdo ó pescado) Dos (2) Porciones de Carbohidratos entre 80 y 100 gramos (Papa, yuca, o cualquier otro tubérculo, plátano, cereales y productos derivados (Tortas, arroz, pastas, entre otros) Una (1) guarnición porción de 100 gramos (fríjoles, garbanzos, lentejas, arveja) o porción verdura fría y/o caliente de 100 gramos mínimo. Una (1) Bebida caliente o fría de 16 onzas. El empaque del almuerzo debe tener mínimo tres divisiones, Biodegradable. (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos y preparación del mismo día , incluye transporte de entrega.	70	UNIDAD

NOTA: El espacio donde se desarrollarán las actividades serán gestionados por el articulador de la iniciativa juntos con los pueblos indígenas, puesto que, en mesa de co-creación se concertó que se desarrollara en los espacios propios de cada pueblo.

3.Tulfas de pensamiento y grupos focales

La salud mental en los pueblos indígenas no puede abordarse desde enfoques únicamente clínicos u occidentales, ya que el bienestar psicológico, espiritual y emocional está profundamente entrelazado con la cosmovisión, el territorio, la comunidad y la memoria colectiva.

En este contexto, las tulfas de pensamiento (espacios tradicionales de reflexión comunitaria) se convierten en metodologías pertinentes, respetuosas y efectivas para:

- Escuchar las voces comunitarias sobre el sufrimiento, el cuidado y la sanación.
- Comprender cómo cada pueblo concibe la salud mental, el desequilibrio, la enfermedad emocional y sus propias formas de armonización.
- Identificar factores protectores, redes de apoyo espiritual y prácticas de autocuidado culturalmente situadas.
- Favorecer la expresión colectiva del dolor acumulado (duelos, violencias, desplazamientos) sin patologizarlo.
- Recuperar el pensamiento propio como base para el diseño de acciones comunitarias de bienestar emocional.

¿Por qué son necesarias en salud mental?

1. Son coherentes con la visión indígena de salud

Los pueblos indígenas entienden la salud mental como equilibrio integral: entre el cuerpo, el espíritu, la comunidad, los ancestros y la naturaleza. Las tulfas y grupos focales permiten que este entendimiento emerja con legitimidad, sin imponer conceptos ajenos.

2. Facilitan la reconstrucción del sentido y del tejido social

Muchos pueblos han sido afectados por el desarraigo, el conflicto armado, la exclusión o la pérdida cultural. Estos espacios permiten elaborar colectivamente el dolor, resignificar el sufrimiento y fortalecer la identidad, factores esenciales en la recuperación emocional.

3. Son estrategias de cuidado comunitario

Más allá de recolectar información, estas dinámicas son actos terapéuticos en sí mismos: al hablar, escuchar, recordar y validar emociones, se activa el tejido protector de la comunidad, especialmente entre jóvenes, mayores, mujeres, personas LGBTI o víctimas de violencia.

4. Promueven un enfoque intercultural en salud

Permiten integrar las voces indígenas en los sistemas de salud mental, generar confianza entre instituciones y comunidades, y construir estrategias que respeten la autonomía cultural.

Importancia metodológica

- Las tulfas no son solo conversaciones: son espacios sagrados de pensamiento colectivo, guiados por mayores, sabedores o autoridades espirituales.
- Los grupos focales permiten comparar experiencias entre territorios o generaciones, visibilizando tensiones y soluciones locales.
- Ambas herramientas promueven el sentido colectivo de la palabra y el reconocimiento de que hablar también es sanar.

Realizar tulfas de pensamiento y grupos focales indígenas en el marco de la salud mental es un acto de respeto, escucha activa y reparación cultural. Estas prácticas no solo informan procesos técnicos o diagnósticos, sino que reafirman el derecho de los pueblos a nombrar, sentir y sanar desde sus propias raíces.

Se realizará un compartir comunitario para procesos de reflexión y sanación de armonización conforme a los resultados de las actividades no. 1 y 2, en una sola sesión para 70 personas

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
SABEDOR(A)	Sabedores ancestrales con experticia y reconocimiento desde la visión de salud mental de los pueblos indigenas	5	SERVICIO
KIT SABERDORAS ANCESTRALES EN SALUD MENTAL	Medicinas ancestrales, velas aromáticas, frutas, velas y demás insumos que requieran las sabedoras ancestrales en salud mental. *Item no ofertable concertado en mesa de co-creación	5	UNIDAD
REFRIGERIOS	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Un (1) solido de mínimo 200gr Una (1) fruta entera de temporada de mínimo 80g. Una (1) una bebida tradicional de refresco o néctar de fruta no alcohólica, no láctea,un dulc o Bebida caliente de 9 onzas. un dulce tradicional de minimo 50 gr (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos , incluye transporte de entrega.	70	UNIDAD
KIT CUIDADO EN SALUD MENTAL	KIT CUIDADO EN SALUD MENTAL: medicina ancestral de cada pueblo y envases en vidrio *item no ofertable	70	UNIDAD
ALMUERZO	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Una (1) Entrada (Sopa, crema, consomé o fruta) Una (1) proteína de 180 gramos mínimo (Pollo, carne de res, cerdo ó pescado) Dos (2) Porciones de Carbohidratos entre 80 y 100 gramos (Papa, yuca, o cualquier otro tubérculo, plátano, cereales y productos derivados (Tortas, arroz, pastas, entre otros) Una (1) guarnición porción de 100 gramos (fríjoles, garbanzos, lentejas, arveja) o porción verdura fría y/o caliente de 100 gramos mínimo. Una (1) Bebida caliente o fría de 16 onzas. El empaque del almuerzo debe tener mínimo tres divisiones, Biodegradable. (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un	70	UNIDAD

	solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos y preparación del mismo día , incluye transporte de entrega.		
SERVICIO DE TRASLADO A BENEFICIARIOS	BUS CON CAPACIDAD DE CUARENTA (40) PERSONAS - transporte de ida y regreso, los vehículos ofrecidos para el transporte deberán contar con los siguientes requisitos: Modelo 2019 en adelante, deben contar con pólizas vigentes, seguro obligatorio de accidentes de tránsito SOAT, Póliza de responsabilidad civil extracontractual, Certificado de revisión técnico mecánica aprobada, licencia de tránsito, los conductores deben contar con licencia de conducción vigente de acuerdo con la categoría del vehículo.	2	UNIDAD
SEGURO DE VIDA CONTRA ACCIDENTES	El contratista deberá asegurar a cada uno de los beneficiarios participantes en las actividades a ejecutar. Para ello presentará las pólizas al supervisor / apoyo a la supervisión, para su aprobación, específicamente seguro de vida y seguro en viaje, además incluirá cualquier tipo de accidente, golpes, fracturas, entre otras.	70	UNIDAD

NOTA: El operador se deberá encargar del trámite para la solicitud del préstamo del parque ecológico entre nubes o uno similar para la realización de la actividad

4. Rituales de armonización, sanación y liberación de desarmonías

En la cosmovisión de los pueblos indígenas, la salud mental, física, espiritual y comunitaria está profundamente ligada al equilibrio con el territorio, los ancestros, el linaje, la palabra y la naturaleza. Cuando ese equilibrio se rompe por factores como el conflicto, el desplazamiento, la discriminación, el desarraigo o el olvido cultural, se producen lo que muchas comunidades nombran como "desarmonías".

Frente a ello, los rituales tradicionales de sanación, armonización y liberación no son actos simbólicos sin valor clínico: son espacios sagrados de reparación, reequilibrio y limpieza espiritual, reconocidos como formas válidas y eficaces de cuidado psicoemocional y comunitario.

Razones fundamentales para realizarlos:

1. Son parte esencial de los sistemas indígenas de salud

Los pueblos originarios no separan lo emocional de lo espiritual. Por eso, los rituales forman parte de sus formas propias de sanación, al igual que los tratamientos médicos. Ignorarlos es desconocer una parte central de su bienestar.

2. Abordan el sufrimiento desde lo colectivo y lo simbólico

A través del canto, el fuego, las plantas, el agua, la palabra y los elementos, los rituales permiten procesar el dolor, los duelos, los traumas y las pérdidas en comunidad, sin necesidad de verbalizar todo desde lo individual.

3. Actúan como factores protectores de salud mental

Estas prácticas fortalecen la identidad, la espiritualidad, los lazos comunitarios y el sentido de pertenencia, lo cual disminuye la soledad, el sufrimiento silencioso, la angustia existencial y el riesgo de suicidio, especialmente en jóvenes indígenas.

4. Restauran el equilibrio roto por hechos de violencia o desarraigo

Muchos territorios indígenas han vivido conflictos armados, desplazamientos, violencias coloniales, pérdida de cultura o destrucción espiritual. Los rituales permiten cerrar ciclos, liberar cargas ancestrales y reconectarse con el linaje y la tierra.

5. Promueven un enfoque intercultural en salud mental

Cuando se incluyen los rituales en procesos psicosociales o comunitarios, se reconoce que hay múltiples formas de sanar, lo que fortalece el diálogo entre los sistemas de salud institucionales y los conocimientos ancestrales.

Realizar rituales de armonización, sanación y liberación de desarmonías no es solo una acción simbólica: es un acto profundo de respeto, reparación y afirmación cultural. Es reconocer que la salud mental, para los pueblos indígenas, se sostiene desde lo espiritual, lo colectivo y lo territorial.

Con esta actividad se pretende fortalecer Procesos de sanación dentro de las comunidades conforme a los resultados de las actividades No. 1,2 y 3 mediante sabiduría ancestral de ca pueblo en espacio abierto con conexión directa con la naturaleza, pendiente por definir si en conjunto o cada pueblo

Se realizará en tres momentos de la siguiente manera en una actividad

Armonización: se va a realizar en cada uno de los pueblos con los sabedores pertenecientes de cada pueblo como proceso de iniciación en la actividad donde participaran las 70 personas.

Sanación: Se dividen por cada uno de los pueblos para realizar el proceso de sanación desde su cosmovisión

Ritual de liberación: Conjunto de cierre de la iniciativa se realizará con la madre agua que incluye a todos los pueblos indígenas de manera colectiva.

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
SABEDOR(A)	Sabedores ancestrales con experticia y reconocimiento desde la visión de salud mental de los pueblos indígenas	5	SERVICIO

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

KIT SABERDORAS ANCESTRALES EN SALUD MENTAL	Medicinas ancestrales, velas aromáticas, frutas, velas y demás insumos que requieran las sabedoras ancestrales en salud mental. *Item no ofertable concertado en mesa de co-creación	5	UNIDAD
REFRIGERIOS	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Un (1) solido de mínimo 200gr Una (1) fruta entera de temporada de mínimo 80g. Una (1) una bebida tradicional de refresco o néctar de fruta no alcohólica, no láctea, un dulce o Bebida caliente de 9 onzas. un dulce tradicional de mínimo 50 gr (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos , incluye transporte de entrega.	140	UNIDAD
ALMUERZO	Atender a solicitud de enfoque diferencial cuando así lo requiera la Entidad y ajustado al requerimiento de los grupos poblacionales diferenciados culturalmente o étnicamente (comunidades Indígenas, Negras, Afrocolombianas, Raizales y palenqueras, y Rrom) Una (1) Entrada (Sopa, crema, consomé o fruta) Una (1) proteína de 180 gramos mínimo (Pollo, carne de res, cerdo ó pescado) Dos (2) Porciones de Carbohidratos entre 80 y 100 gramos (Papa, yuca, o cualquier otro tubérculo, plátano, cereales y productos derivados (Tortas, arroz, pastas, entre otros) Una (1) guarnición porción de 100 gramos (fríjoles, garbanzos, lentejas, arveja) o porción verdura fría y/o caliente de 100 gramos mínimo. Una (1) Bebida caliente o fría de 16 onzas. El empaque del almuerzo debe tener mínimo tres divisiones, Biodegradable. (lo anterior en un empaque que cumpla los lineamientos de la política ambiental del distrito capital con respecto a los plásticos y empaques de un solo uso.) Deben entregarse empacados individual y herméticamente, garantizando productos frescos y preparación del mismo día , incluye transporte de entrega.	70	UNIDAD
SERVICIO DE TRASLADO A BENEFICIARIOS	BUS CON CAPACIDAD DE CUARENTA (40) PERSONAS - transporte de ida y regreso, los vehículos ofrecidos para el transporte deberán contar con los siguientes requisitos: Modelo 2019 en adelante, deben contar con pólizas vigentes, seguro obligatorio de accidentes de tránsito SOAT, Póliza de responsabilidad civil extracontractual, Certificado de revisión técnico mecánica aprobada, licencia de tránsito, los conductores deben contar con licencia de conducción vigente de acuerdo con la categoría del vehículo.	2	UNIDAD
SEGURO DE VIDA CONTRA ACCIDENTES	El contratista deberá asegurar a cada uno de los beneficiarios participantes en las actividades a ejecutar. Para ello presentará las pólizas al supervisor / apoyo a la supervisión, para su aprobación, específicamente seguro de vida y	70	UNIDAD

	seguro en viaje, además incluirá cualquier tipo de accidente, golpes, fracturas, entre otras.		
ENTRADA GUATAVITA	Entrada a Guatavita para los beneficiarios	70	UNIDAD

NOTA: El operador se deberá encargar del trámite para la solicitud del préstamo de la reserva natural Guatavita o uno similar para la realización de la actividad

ACTIVIDAD NO. 5. DDifMujer. MUJERES JUNTAS CAMINANDO HACIA LA SANACIÓN - CÓDIGO PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS No. 43268.

Objetivo: Fortalecer acciones que promuevan el bienestar de la salud mental de las mujeres que permitan construcción de su proyecto de vida a través del reconocimiento de su ser integral.

Resumen: Acciones que promuevan el bienestar mental de las mujeres

Población objeto: Mujeres

Cantidad de personas a beneficiar: Ciento veinte (120)

Talento Humano:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
ARTICULADORA DE LA INICIATIVA	Una (1) articuladora bachiller académico con mínimo un (1) año de experiencia de trabajo con mujeres en la localidad Rafael Uribe Uribe.	3	MES

La articuladora de la iniciativa se deberá encargar de apoyar al coordinador general en el desarrollo de las actividades que se describen en el presente anexo técnico para la convocatoria, inscripciones y ejecución de la iniciativa MUJERES JUNTAS CAMINANDO HACIA LA SANACIÓN

1. **Salida de respiro por la sanación de la salud mental de las mujeres – 120 mujeres**

Las mujeres especialmente en contextos de vulnerabilidad, sobrecarga, violencia o cuidado permanente enfrentan múltiples factores de estrés emocional, psicológico y físico que afectan su bienestar integral. Una salida de respiro es una estrategia de cuidado colectivo y restauración emocional, que permite a las mujeres pausar, respirar, reconectarse consigo mismas y con otras, y romper temporalmente con entornos que pueden ser fuente de tensión o agotamiento.

Objetivos principales de la salida de respiro:

- Promover el autocuidado emocional y mental en un ambiente seguro, natural y libre de exigencias.

- Reducir el estrés crónico, la ansiedad, la fatiga emocional y el agotamiento por roles de cuidado.
- Fortalecer redes de apoyo entre mujeres, generando confianza, escucha mutua y vínculos sanadores.
- Fomentar espacios de expresión emocional, recreación y contención grupal.
- Prevenir el deterioro de la salud mental y física derivado de violencias, sobrecarga o aislamiento.

Importancia para la salud mental femenina:

- Muchas mujeres cumplen múltiples roles (madres, cuidadoras, trabajadoras, lideresas), lo que puede generar sobrecarga psicoemocional.
- En contextos de conflicto, violencia de género, pobreza o exclusión, el agotamiento emocional y la falta de espacios propios se convierten en factores de riesgo.
- La salida de respiro crea un ambiente donde pueden reconectarse con su cuerpo, su respiración, la naturaleza y sus emociones, lejos del juicio o la rutina.
- Provee una pausa necesaria para recuperar energía vital, resignificar experiencias difíciles y fortalecer su proyecto de vida.

Como estrategia de prevención en salud mental:

- Funciona como acto preventivo frente a la depresión, el estrés crónico, la ansiedad o el burnout emocional.
- Permite interrumpir patrones de aislamiento, silenciamiento o autoexigencia extrema.
- Revaloriza la idea de que el cuidado mental también es un derecho y una necesidad para las mujeres, no un lujo.
- Favorece procesos de empoderamiento personal y colectivo, desde el bienestar emocional.

Realizar salidas de respiro también es una estrategia de protección y autocuidado con enfoque de género, en línea con principios de salud integral, bienestar comunitario y derechos de las mujeres. Permite avanzar hacia una vida más digna, equilibrada y con menos violencia simbólica o estructural.

Una salida de respiro no es una actividad recreativa sin profundidad: es una herramienta terapéutica, política y sanadora que permite a las mujeres descansar, liberar tensiones, conectarse con la naturaleza y reencontrarse consigo mismas. Al promover el cuidado emocional y colectivo, estas salidas fortalecen la salud mental, la sororidad y la resiliencia de las mujeres en sus múltiples dimensiones.

La salida tendrá un tiempo de duración de 5 horas

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
SERVICIO DE TRASLADO A BENEFICIARIOS	BUS CON CAPACIDAD DE CUARENTA (40) PERSONAS - transporte de ida y regreso, los vehículos ofrecidos para el transporte deberán contar con los siguientes requisitos: Modelo 2019 en adelante, deben contar con pólizas vigentes, seguro obligatorio de accidentes de tránsito SOAT, Póliza de responsabilidad civil extracontractual, Certificado de revisión técnico mecánica aprobada, licencia de tránsito, los conductores deben contar con licencia de conducción vigente de acuerdo con la categoría del vehículo.	3	UNIDAD
REFRIGERIO	Un croissant, y/o pastel relleno con proteína animal mínimo 150 gr, mini brownie 45gr, Jugo: Mínimo 200 ml de contenido (envase tetra pack y/o botella plástica desechable) que contenga 14% de fruta, 4,5% de calorías, sin conservantes ni sabores artificiales. El refrigerio debe estar en empaque individual en bandeja elaborada en cartón 100 %reciclable y biodegradable, debe ser balanceado y responder a la normatividad vigente en lo que corresponde a las características organolépticas de conservación. Este debe incluir la transporte y entrega en el sitio de las reuniones	120	UNIDAD
AMBULANCIA MEDICALIZADA	AMBULANCIA MEDICALIZADA: Módulo de estabilización y clasificación de lesionado por la SDS en la Ciudad de Bogotá, debe incluir recurso humano, integrado por DOS (2) auxiliares de enfermería y un (1) médico profesional, además de todos los insumos como loa indica la normatividad vigente. durante doce (12) horas por día	1	UNIDAD
TALLERISTA PSICOSOCIAL	Profesional en psicología (según el SNIES) con experiencia de minino 2 años en temas relacionados con salud mental en jóvenes, quien se encargara de realizar la sesión guiada para la prevención y promoción de salud mental	1	SERVICIO
SEGURO DE VIDA CONTRA ACCIDENTES	El contratista deberá asegurar a cada uno de los beneficiarios participantes en las actividades a ejecutar. Para ello presentará las pólizas al supervisor / apoyo a la supervisión, para su aprobación, específicamente seguro de vida y seguro en viaje, además incluirá cualquier tipo de accidente, golpes, fracturas, entre otras.	120	UNIDAD
BOLSA PAPELERIA	Papelógrafos, cartulinas o lienzos grandes (papel kraft o tela) Marcadores, lápices, crayones o pinturas Revistas, recortes, pegamento y tijeras (para técnicas de collage) Post-its o etiquetas adhesivas (para categorizar temas o emociones) *item no ofertable	1	UNIDAD
APOYOS LOGÍSTICO	Apoyo logístico Bachiller con experiencia laboral de seis (6) meses	7	UNIDAD

NOTA: El operador se deberá encargar del trámite para la solicitud del préstamo del parque ecológico entre nubes o uno similar para la realización de la actividad.

NOTA: El operador deberá remitir la metodología de la jornada a realizar al apoyo a la supervisión para su correspondiente aprobación.

2. **Talleres caminando hacia la sanación - 120 mujeres**

Las mujeres, especialmente en contextos de desigualdad, exclusión, violencia o pobreza, enfrentan una carga emocional y psicosocial particular que afecta su salud mental de manera diferenciada. La realización de talleres enfocados en su salud emocional, psicológica y colectiva es una estrategia efectiva y necesaria para prevenir el sufrimiento mental, promover el autocuidado y fortalecer sus capacidades de afrontamiento y resiliencia.

Estos espacios no solo abordan el malestar individual, sino que crean condiciones para la expresión emocional, el reconocimiento de derechos, la construcción de redes de apoyo y el empoderamiento personal y colectivo.

Objetivos principales de estos talleres:

- Prevenir afectaciones de salud mental derivadas de la violencia, el estrés crónico, la sobrecarga de cuidados o el aislamiento.
- Promover el autocuidado, la autoestima y la conciencia emocional.
- Fortalecer redes de apoyo entre mujeres, mediante la escucha, la solidaridad y el intercambio de experiencias.
- Crear espacios seguros y de confianza donde las mujeres puedan expresarse libremente y sin juicio.

¿Por qué son necesarios estos talleres?

- Porque muchas mujeres naturalizan su malestar emocional y lo silencian por miedo, culpa o por priorizar el cuidado de otros/as antes que el suyo propio.
- Porque existe una sobrecarga emocional y física no reconocida en sus roles de cuidado, trabajo no remunerado y responsabilidades comunitarias.
- Porque el acceso a servicios de salud mental formales muchas veces es limitado o estigmatizado, y los talleres son una vía accesible, cercana y colectiva.
- Porque hablar, escuchar, compartir y aprender entre mujeres puede ser en sí mismo un proceso de sanación.

Como estrategia de salud mental con enfoque de género:

- Reconoce que la salud mental de las mujeres no es solo un tema individual, sino que está atravesada por relaciones de poder, desigualdad y violencia estructural.
- Promueve un enfoque comunitario y psicoeducativo, que integra emociones, cuerpo, derechos, historia personal y contexto social.
- Contribuye a la prevención del sufrimiento psíquico, la depresión, la ansiedad, el estrés postraumático y el agotamiento emocional.
- Fortalece las capacidades de afrontamiento, la resiliencia emocional y el sentido de agencia.

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

Hacer talleres por la salud mental de las mujeres es una acción urgente, reparadora y transformadora. A través de ellos se validan sus emociones, se crean espacios de confianza, se reconoce su valor y se promueven herramientas para el cuidado de sí mismas y de otras. Además, refuerzan su autonomía, visibilizan su historia y fortalecen su bienestar psicosocial de manera colectiva.

Por lo anterior, se realizarán los talleres de la siguiente manera:

Tema	Metodología	Cantidad de participantes	Cantidad de Sesiones	Hora sesión
Autoconocimiento y conciencia emocional	Biodanza	20	6	2
Autoestima y construcción del amor propio	Yogaterapia	20	6	2
Autocuidado integral con enfoque de género	Musicoterapia	20	6	2
Sanación de heridas emocionales	Biodanza	20	6	2
Violencia emocional y salud mental	Yogaterapia	20	6	2
Gestión del miedo, ansiedad y pensamientos repetitivos	Musicoterapia	20	6	2

Nota: Cada uno de los grupos debe realizar una sesión de cada tema, es decir, las 6 sesiones de cada grupo son de un tema diferente para completar el ciclo de sanación mental.

Insumos:

CONCEPTO	**DESCRIPCION**	**CANTIDAD**	**UNIDAD DE MEDIDA**
TALLERISTA PSICOSOCIAL	Profesional en psicología (según el SNIES) con experiencia de minino 2 años en temas relacionados con salud mental en jóvenes, quien se encargará de realizar la sesión guiada para la prevención y promoción de salud mental para jóvenes	36	SESION
TALLERISTA EN BIODANZA	TALLERISTA EN BIODANZA: Persona experta en talleres de biodanza con mujeres, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	12	SESION
TALLERISTA EN YOGATERAPIA	TALLERISTA EN YOGATERAPIA: Persona experta en talleres de yogaterapia con mujeres, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	12	SESION

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

TALLERISTA EN MUSICOTERAPIA	TALLERISTA EN MUSICOTERAPIA: Persona experta en talleres de musicoterapia con mujeres, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	12	SESION
ALQUILER DE ESPACIO	Alquiler de espacio cerrado para mínimo cincuenta (40 personas) en optimas condiciones, debe incluir silletería, sonido video beam y mínimo dos (2) baños.	40	SERVICIO
KIT PAPELERIA	Libreta con cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; estuche de 8 esferos en gel de colores, lapiz negro, estuche de 15 colores, 1 borrador,1 tajalápiz, 1 block tamaño carta mínimo 70 hojas, 1 block iris mínimo 35 hojas, 1 tijeras punta roma mediana y 1 barra de pegante mediana 40 gr	120	UNIDAD
REFRIGERIO	Un croissant, y/o pastel relleno con proteína animal mínimo 150 gr, mini brownie 45gr, Jugo: Mínimo 200 ml de contenido (envase tetra pack y/o botella plástica desechable) que contenga 14% de fruta, 4,5% de calorías, sin conservantes ni sabores artificiales . El refrigerio debe estar en empaque individual en bandeja elaborada en cartón 100 %reciclable y biodegradable, debe ser balanceado y responder a la normatividad vigente en lo que corresponde a las características organolépticas de conservación. Este debe incluir la transporte y entrega en el sitio de las reuniones	720	UNIDAD
KIT BIODANZA	KIT BIODANZA: 1 Colchoneta o manta para momentos de relajación. (Medidas: Largo: 1.83 cm Ancho; 68 cm Espesor: 0.5 cm) 3 Velas de cera vegetal aromatizada. Con un pabilo de algodón encerado para una quemadura limpia y uniforme, y presentada en un elegante frasco de vidrio TAMAÑO:6.5CM*5.5CM 1 libreta cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; estuche de 8 esferos en gel de colores, lápiz negro, estuche de 8 colores, 1 borrador de nata, 1 tajalápiz. 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml	120	UNIDAD
KIT YOGATERAPIA	Kit de yoga: 1 Colchoneta o manta para momentos de relajación. (Medidas: Largo: 1.83 cm Ancho; 68 cm Espesor: 0.5 cm) 1 Bloques de yoga: ayudan a adaptar posturas para personas con movilidad reducida. (Material: TPE (Elastómero termoplástico) de alta densidad. Medidas: Largo; 23 cm. Ancho; 8 cm. Alto; 15.5 cm) 1 kit de banda elástica (mayor resistencia Grosor: 1mm. resistencia media Grosor: 45mm baja resistencia Grosor: 30mm. Medidas: Largo; 124 cm. Ancho; 15 cm) 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml	120	UNIDAD
KIT MUSICOTERAPIA	Kit musicoterapia: 1 Libreta con cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; 1 esfero ecológico 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml. 2 mancuernas de 1 libra 1 kit de banda elástica (mayor resistencia Grosor: 1mm. resistencia media Grosor: 45mm) 1 parlante portátil de 20 w, speaker, con conexión bluetooth	120	UNIDAD

ACTIVIDAD NO. 6. AÑOS DORADOS: ESTRATEGIAS DE BIENESTAR Y SALUD MENTAL PARA ADULTOS MAYORES - CÓDIGO PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS No. 41384.

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

Objetivo: Promover la salud mental y el bienestar emocional de los adultos mayores mediante actividades recreativas que fomenten la socialización y la creatividad.

Resumen: Implementar actividades recreativas que fomenten la salud mental y emocional, mejorando la calidad de vida.

Población objeto: Personas mayores

Cantidad de personas a beneficiar: Seiscientas (600), 120 por cada UPZ

Talento Humano:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
ARTICULADOR DE LA INICIATIVA	Un (1) articulador bachiller académico con mínimo un (1) año de experiencia de trabajo con personas mayores en la localidad.	3	MES

La articuladora de la iniciativa se deberá encargar de apoyar al coordinador general en el desarrollo de las actividades que se describen en el presente anexo técnico para la convocatoria, inscripciones y ejecución de la iniciativa

1. **Talleres dirigidos a salud mental para personas mayores**

El envejecimiento es una etapa natural de la vida que conlleva una serie de cambios físicos, emocionales, sociales y cognitivos. En este contexto, la salud mental de las personas mayores se vuelve un aspecto central para garantizar su calidad de vida, bienestar y dignidad. Sin embargo, esta dimensión es muchas veces descuidada o invisibilizada.

Por esta razón, la realización de talleres de salud mental para personas mayores se justifica plenamente por los siguientes motivos:

1. Promoción del bienestar emocional y psicológico

Los talleres ofrecen un espacio seguro donde las personas mayores pueden expresar emociones, compartir experiencias y sentirse escuchadas, lo cual tiene un impacto positivo en su autoestima y estado anímico.

2. Prevención del deterioro cognitivo

A través de ejercicios de estimulación mental y actividades estructuradas, se pueden mantener activas las funciones cognitivas (memoria, atención, lenguaje), retrasando así procesos neurodegenerativos asociados al envejecimiento.

3. Reducción del aislamiento social y la soledad

La interacción con pares y profesionales favorece la construcción de redes de apoyo social, ayudando a disminuir el aislamiento, un factor de riesgo importante para la salud mental.

4. Desarrollo de habilidades de afrontamiento

Los talleres enseñan estrategias prácticas para enfrentar cambios relacionados con la edad: duelos, pérdidas, enfermedades crónicas, cambios de rol o jubilación, fortaleciendo la resiliencia personal.

5. Contribución al envejecimiento activo

Se alinean con los principios del envejecimiento activo y saludable, al promover la participación, el aprendizaje continuo y el empoderamiento de los adultos mayores en el cuidado de su salud.

6. Visibilización de una población muchas veces olvidada

Fomentar espacios de atención y cuidado psicosocial dirigidos específicamente a personas mayores permite reducir el estigma asociado a la vejez y a los problemas de salud mental.

Los talleres de salud mental para personas mayores no solo previenen enfermedades, sino que también mejoran su calidad de vida, fortalecen su autonomía y promueven una vejez digna, activa y participativa. Invertir en estos espacios es apostar por una sociedad más inclusiva, empática y preparada para el envejecimiento de su población.

Por lo anterior, se realizarán los talleres por cada UPZ de la siguiente manera:

UPZ 36 San José

Tema	Metodología	Cantidad de participantes	Cantidad de Sesiones	Hora sesión
Bienestar emocional	Estiramiento corporal	20	6	2
Relaciones interpersonales y vínculos	Yogaterapia	20	6	2
Cuidado de la salud mental	Danzas	20	6	2
Estimulación cognitiva	Ejercicios de espiración	20	6	2
Actividades expresivas y creativa	Musicoterapia	20	6	2

Sentido de vida y propósito	Meditación	20	6	2

UPZ 39 Quiroga

Tema	Metodología	Cantidad de participantes	Cantidad de Sesiones	Hora sesión
Bienestar emocional	Estiramiento corporal	20	6	2
Relaciones interpersonales y vínculos	Yogaterapia	20	6	2
Cuidado de la salud mental	Danzas	20	6	2
Estimulación cognitiva	Ejercicios de espiración	20	6	2
Actividades expresivas y creativa	Musicoterapia	20	6	2
Sentido de vida y propósito	Meditación	20	6	2

UPZ 53 Marco Fidel Suárez

Tema	Metodología	Cantidad de participantes	Cantidad de Sesiones	Hora sesión
Bienestar emocional	Estiramiento corporal	20	6	2
Relaciones interpersonales y vínculos	Yogaterapia	20	6	2
Cuidado de la salud mental	Danzas	20	6	2
Estimulación cognitiva	Ejercicios de espiración	20	6	2
Actividades expresivas y creativa	Musicoterapia	20	6	2
Sentido de vida y propósito	Meditación	20	6	2

UPZ 54 Marruecos

Tema	Metodología	Cantidad de participantes	Cantidad de Sesiones	Hora sesión
Bienestar emocional	Estiramiento	20	6	2
Relaciones interpersonales y vínculos	Yogaterapia	20	6	2

Cuidado de la salud mental	Danzas	20	6	2
Estimulación cognitiva	Respiración	20	6	2
Actividades expresivas y creativa	Musicoterapia	20	6	2
Sentido de vida y propósito	Meditación	20	6	2

UPZ 55 Diana Turbay

Tema	Metodología	Cantidad de participantes	Cantidad de Sesiones	Hora sesión
Bienestar emocional	Estiramiento corporal	20	6	2
Relaciones interpersonales y vínculos	Yogaterapia	20	6	2
Cuidado de la salud mental	Danzas	20	6	2
Estimulación cognitiva	Ejercicios de espiración	20	6	2
Actividades expresivas y creativa	Musicoterapia	20	6	2
Sentido de vida y propósito	Meditación	20	6	2

Nota: Cada uno de los grupos debe realizar una sesión de cada tema, es decir, las 6 sesiones de cada grupo son de un tema diferente.

Insumos

CONCEPTO	**DESCRIPCION**	**CANTIDAD**	**UNIDAD DE MEDIDA**
TALLERISTA PSICOSOCIAL	Profesional en psicología (según el SNIES) con experiencia de minino 2 años en temas relacionados con salud mental en personas mayores, quien se encargará de realizar la sesión guiada para la prevención y promoción de salud mental para jóvenes	180	SESION
ALQUILER DE ESPACIO	Alquiler de espacio cerrado para mínimo cincuenta (40 personas) en óptimas condiciones, debe incluir silletería, sonido video beam y mínimo dos (2) baños.	180	SERVICIO

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

REFRIGERIO	Un croissant, y/o pastel relleno con proteína animal mínimo 150 gr, mini brownie 45gr, Jugo: Mínimo 200 ml de contenido (envase tetra pack y/o botella plástica desechable) que contenga 14% de fruta, 4,5% de calorías, sin conservantes ni sabores artificiales. El refrigerio debe estar en empaque individual en bandeja elaborada en cartón 100 %reciclable y biodegradable, debe ser balanceado y responder a la normatividad vigente en lo que corresponde a las características organolépticas de conservación. Este debe incluir la transporte y entrega en el sitio de las reuniones	3600	UNIDAD
KIT DANZA	KIT BIODANZA: 1 Colchoneta o manta para momentos de relajación. (Medidas: Largo: 1.83 cm Ancho; 68 cm Espesor: 0.5 cm) 3 Velas de cera vegetal aromatizada. Con un pabilo de algodón encerado para una quemadura limpia y uniforme, y presentada en un elegante frasco de vidrio TAMAÑO:6.5CM*5.5CM 1 libreta cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; estuche de 8 esferos en gel de colores, lápiz negro, estuche de 8 colores, 1 borrador de nata, 1 tajalápiz. 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml	600	UNIDAD
KIT MUSICOTERAPIA	Kit musicoterapia: 1 Libreta con cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; 1 esfero ecológico 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml. 2 mancuernas de 1 libra 1 kit de banda elástica (mayor resistencia Grosor: 1mm. resistencia media Grosor: 45mm) 1 parlante portátil de 20 w, speaker, con conexión bluetooth	600	UNIDAD
KIT ESTIRAMIENTO, MEDITACION Y RESPIRACION	Kit estiramiento, meditación y respiración: 1 Libreta con cubierta en poliuretano con cierre elástico. Papel crema sin rayas. 100 hojas. Material: Poliuretano. Medidas: 14 cm x 21 cm. Área de marca: 4.5 cm; estuche de 8 esferos en gel de colores, lapiz negro, estuche de 8 colores, 1 borrador de nata, 1 tajalápiz 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml. 3 Velas de cera vegetal aromatizada. Con un pabilo de algodón encerado para una quemadura limpia y uniforme, y presentada en un elegante frasco de vidrio TAMAÑO:6.5CM*5.5CM 2 esencia o aceite esencial (10 ml) – apto para aromaterapia, lavanda, eucalipto u otro aroma relajante. 1 difusor eléctrico de aroma pequeño mínimo de 100 ml – presentación segura, sin combustión tóxica.	600	UNIDAD
KIT YOGATERAPIA	Kit de yoga: 1 Colchoneta o manta para momentos de relajación. (Medidas: Largo: 1.83 cm Ancho; 68 cm Espesor: 0.5 cm) 1 Bloques de yoga: ayudan a adaptar posturas para personas con movilidad reducida. (Material: TPE (Elastómero termoplástico) de alta densidad. Medidas: Largo; 23 cm. Ancho; 8 cm. Alto; 15.5 cm) 1 kit de banda elástica (mayor resistencia Grosor: 1mm. resistencia media Grosor: 45mm baja resistencia Grosor: 30mm. Medidas: Largo; 124 cm. Ancho; 15 cm) 1 botilito metálico con logos de la alcaldía local mínimo 500 ml	600	UNIDAD
TALLERISTA ESTIRAMIENTO	TALLERISTA EN ESTIRAMIENTO: Persona experta en talleres de estiramiento, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	30	SESION
TALLERISTA EN YOGATERAPIA	TALLERISTA EN YOGATERAPIA: Persona experta en talleres de yogaterapia con mujeres, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en	30	SESION

	la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales		
TALLERISTA EN DANZAS	TALLERISTA EN DANZAS: Persona experta en talleres de danzas, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	30	SESION
TALLERISTA EN RESPIRACIÓN	TALLERISTA EN RESPIRACIÓN: Persona experta en talleres de respiración, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	30	SESION
TALLERISTA EN MUSICOTERAPIA	TALLERISTA EN MUSICOTERAPIA: Persona experta en talleres de boxeo con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	30	SESION
TALLERISTA EN MEDITACION	TALLERISTA EN MEDITACION: Persona experta en talleres de meditación, con experiencia de mínimo un (1) año de trabajo en la localidad de Rafael Uribe Uribe certificada por organizaciones sociales locales	30	SESION

2. Caminata de respiro mental para personas mayores

Una caminata de respiro por la salud mental de las personas mayores no solo es una actividad recreativa; es una intervención comunitaria poderosa que protege su salud emocional, fortalece sus redes sociales y dignifica su etapa de vida.

Bienestar emocional y prevención del deterioro cognitivo

- Las personas mayores son más propensas a experimentar depresión, ansiedad y aislamiento social, especialmente si viven solas o han perdido vínculos significativos.
- Actividades como caminatas al aire libre estimulan la producción de serotonina y dopamina, neurotransmisores relacionados con el estado de ánimo y la motivación.
- Estudios demuestran que el ejercicio físico moderado, como caminar, ayuda a retrasar el deterioro cognitivo y reduce el riesgo de enfermedades como el Alzheimer.

Conexión con la naturaleza

- Caminar en entornos naturales o espacios verdes ha demostrado tener efectos positivos sobre el estrés, la presión arterial y la salud emocional.
- El simple acto de estar al aire libre genera una sensación de libertad, vitalidad y paz mental, muy necesaria en edades avanzadas.

Fomento del vínculo social y sentido de pertenencia

- Estas caminatas promueven la interacción con otros adultos mayores, lo cual reduce el sentimiento de soledad, un factor de riesgo importante para problemas de salud mental.
- Al participar en actividades grupales, las personas mayores refuerzan su autoestima y sienten que todavía forman parte activa de la comunidad.

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

Espacio para expresarse y compartir experiencias

- Una caminata puede ser también un espacio simbólico y práctico para que las personas mayores hablen, recuerden, escuchen y sean escuchadas.
- Esto tiene un impacto emocional profundo, validando sus emociones y sus vivencias.

Se realizará 5 salidas de 120 personas, una por cada UPZ de respiro con las personas mayores que realizaron los talleres de la Actividad No.1 de la presente iniciativa

Insumos

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
SERVICIO DE TRASLADO A BENEFICIARIOS	BUS CON CAPACIDAD DE CUARENTA (40) PERSONAS - transporte de ida y regreso, los vehículos ofrecidos para el transporte deberán contar con los siguientes requisitos: Modelo 2019 en adelante, deben contar con pólizas vigentes, seguro obligatorio de accidentes de tránsito SOAT, Póliza de responsabilidad civil extracontractual, Certificado de revisión técnico mecánica aprobada, licencia de tránsito, los conductores deben contar con licencia de conducción vigente de acuerdo con la categoría del vehículo.	15	UNIDAD
REFRIGERIO	Un croissant, y/o pastel relleno con proteína animal mínimo 150 gr, mini brownie 45gr, Jugo: Mínimo 200 ml de contenido (envase tetra pack y/o botella plástica desechable) que contenga 14% de fruta, 4,5% de calorías, sin conservantes ni sabores artificiales . El refrigerio debe estar en empaque individual en bandeja elaborada en cartón 100 %reciclable y biodegradable, debe ser balanceado y responder a la normatividad vigente en lo que corresponde a las características organolépticas de conservación. Este debe incluir la transporte y entrega en el sitio de las reuniones	600	UNIDAD
AMBULANCIA MEDICALIZADA	AMBULANCIA MEDICALIZADA: Módulo de estabilización y clasificación de lesionado por la SDS en la Ciudad de Bogotá, debe incluir recurso humano, integrado por DOS (2) auxiliares de enfermería y un (1) médico profesional, además de todos los insumos como loa indica la normatividad vigente. durante doce (12) horas por dia	10	UNIDAD
TALLERISTA PSICOSOCIOAL	Profesional en psicologia (según el SNIES) con experiencia de minino 2 años en temas relacionados con salud mental en personas mayores, quien se encargará de realizar la sesión guiada para la prevención y promoción de salud mental	15	SERVICIO
SEGURO DE VIDA CONTRA ACCIDENTES	El contratista deberá asegurar a cada uno de los beneficiarios participantes en las actividades a ejecutar. Para ello presentará las pólizas al supervisor / apoyo a la supervisión, para su aprobación, específicamente seguro de vida y seguro en viaje, además incluirá cualquier tipo de accidente, golpes, fracturas, entre otras.	600	UNIDAD
BOLSA PAPELERIA	Papelógrafos, cartulinas o lienzos grandes (papel kraft o tela) Marcadores, lápices, crayones o pinturas Revistas, recortes, pegamento y tijeras (para técnicas de collage) Post-its o etiquetas adhesivas (para categorizar temas o emociones) *item no ofertable	5	UNIDAD
APOYOS LOGÍSTICO	Apoyo logístico Bachiller con experiencia laboral de seis (6) meses	40	UNIDAD

NOTA: El operador se deberá encargar del trámite para la solicitud del préstamo del parque ecológico entre nubes o uno similar para la realización de la actividad.

NOTA: El operador deberá remitir la metodología de la jornada a realizar al apoyo a la supervisión para su correspondiente aprobación.

ACTIVIDAD 7. SALIDA PARA LA PROMOCION DE LA SALUD MENTAL – ACCION AFIRMATIVA FDLRUU.

Objetivo: Realizar dos salidas para la promoción de la salud mental de los y las habitantes de la localidad de Rafael Uribe Uribe

Población objeto: Comunidad en general

Cantidad de personas a beneficiar: Seiscientas (600) personas

La salud mental es un pilar fundamental del bienestar integral de las personas, ya que influye directamente en su desarrollo social, emocional, académico y laboral. Sin embargo, factores como el estrés, las presiones cotidianas, la falta de espacios recreativos y la escasa socialización pueden generar desgaste emocional, ansiedad o desmotivación.

En este sentido, realizar una salida orientada a la promoción de la salud mental permite:

1. Fortalecer el bienestar emocional y psicológico: actividades al aire libre, en entornos distintos a los habituales, reducen los niveles de estrés y ansiedad, favoreciendo la relajación y el equilibrio emocional.

2. Fomentar la socialización y el trabajo en equipo: la salida crea espacios de interacción sana, donde los participantes comparten experiencias, fortalecen vínculos y desarrollan habilidades sociales que contribuyen a su sentido de pertenencia y apoyo mutuo.

3. Promover hábitos saludables: se impulsa el autocuidado, la actividad física, la recreación y la conexión con la naturaleza como estrategias protectoras frente a problemas de salud mental.

4. Romper la rutina: al cambiar de ambiente, los participantes logran desconectarse de factores estresantes, renovar energías y obtener nuevas perspectivas que favorecen la motivación personal y grupal.

5. Contribuir a la prevención: más allá de intervenir en problemáticas existentes, estas actividades actúan como estrategia preventiva, reduciendo riesgos de depresión, aislamiento social y otras dificultades emocionales.

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

La salud mental constituye un componente esencial del bienestar integral y del desarrollo humano. Actualmente, los entornos académicos, laborales y sociales se ven marcados por elevados niveles de estrés, presión y sobrecarga emocional, lo que repercute directamente en la motivación, la productividad y la calidad de vida de las personas. Frente a esta realidad, se hace necesario implementar estrategias que fortalezcan el autocuidado, la resiliencia y las relaciones interpersonales.

En este marco, la realización de una salida para la promoción de la salud mental surge como una alternativa pedagógica y preventiva que ofrece múltiples beneficios:

- Bienestar emocional y psicológico: la participación en actividades al aire libre y en contextos diferentes a los habituales contribuye a reducir el estrés, la ansiedad y la tensión acumulada.

- Fortalecimiento de la integración social: se fomenta la cooperación, el sentido de pertenencia y la construcción de redes de apoyo.

- Promoción de hábitos saludables: se incentiva la práctica de actividades físicas, recreativas y culturales que impactan positivamente en la calidad de vida.

- Prevención de problemáticas psicosociales: al ofrecer espacios de esparcimiento, reflexión y convivencia, se disminuye el riesgo de aislamiento, desmotivación y dificultades emocionales.

- Ruptura de la rutina: el cambio de ambiente favorece la renovación de energías, la motivación personal y el desarrollo de nuevas perspectivas para afrontar los desafíos diarios.

La salida para la promoción de la salud metal es una acción integral que busca no solo atender las necesidades de recreación y descanso, sino también contribuir de manera directa a la prevención y promoción de la salud mental, consolidando un entorno más saludable, participativo y resiliente para los involucrados.

Inscripciones:

Los beneficiarios y beneficiaras deberán cumplir con los siguientes requisitos mínimos:

- Residir o estudiar en la Localidad, aportar certificado de residencia (recibo publico) o de estudio, o certificado que demuestre vinculación constante del ciudadano con la localidad de Rafael Uribe Uribe
- Formato de inscripción y consentimiento informado para registro fotográfico y video para el caso de menores de edad.
- Demás documentos que el ejecutor y el FDLRUU estipulen en la fase de alistamiento.

La lista de inscritos deberá contener los siguientes datos:

- Fecha de inscripción
- Nombres completos
- Edad
- Fecha de nacimiento
- Sexo
- Identidad de género
- Tipo y número de identificación
- Organización o grupo de interés
- Régimen de afiliación a salud
- Identificación con uno o más grupos poblacionales y con enfoque diferencial (grupos étnicos, raizales, ROM, afrodescendientes, LGBTI, habitantes de calle, víctimas de conflicto)
- Dirección, barrio y localidad.
- Teléfonos de contacto (registrar mínimo 2 para efectos de ubicación)
- Las demás que consideren necesarias.

NOTA: Se beneficiarán a las primeras 500 peronas que realicen inscripción.

NOTA: Las inscripciones serán de manera virtual para lo cual el operador deberá habilitar esta opción y 10 jornadas presenciales en puntos estratégicos que se definiran con Comité de Seguimiento, dos (2) por cada UPZ de la localidad.

La salida para la promoción de la salud mental deberá ser en las afueras de Bogotá, principalmente s recomienda en el parque Jaime Duque o uno similar, se realizará en dos grupos, cada uno de 250 para un total de 500 personas.

Se realizará actividades orientadas por profesionales psicosociales en grupos de 25 personas, una en la mañana y otra en la tarde, es decir, 20 sesiones por jornada apara un total de 40 sesiones el operador deberá presentar la metodología para aprobación del Apoyo a la Supervisión y supervisión del contrato.

Insumos:

CONCEPTO	DESCRIPCION	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA
SERVICIO DE TRASLADO A BENEFICIARIOS	BUS CON CAPACIDAD DE CUARENTA (40) PERSONAS - transporte de ida y regreso, los vehículos ofrecidos para el transporte deberán contar con los siguientes requisitos: Modelo 2019 en adelante, deben contar con pólizas vigentes, seguro obligatorio de accidentes de tránsito SOAT, Póliza de responsabilidad civil extracontractual, Certificado de revisión técnico	16	UNIDAD

ALCALDIA LOCAL DE RAFAEL URIBE URIBE

	mecánica aprobada, licencia de tránsito, los conductores deben contar con licencia de conducción vigente de acuerdo con la categoría del vehículo.		
SEGURO DE VIDA CONTRA ACCIDENTES	El contratista deberá asegurar a cada uno de los beneficiarios participantes en las actividades a ejecutar. Para ello presentará las pólizas al supervisor / apoyo a la supervisión, para su aprobación, específicamente seguro de vida y seguro en viaje, además incluirá cualquier tipo de accidente, golpes, fracturas, entre otras.	600	UNIDAD
APOYOS LOGÍSTICO	Apoyo logístico Bachiller con experiencia laboral de seis (6) meses, para apoyar en la salida por la promoción de la salud mental	40	JORNADA
TALLERISTA PSICOSOCIOAL	Profesional en psicología (según el SNIES) con experiencia de minino 2 años en temas relacionados con salud mental en jóvenes, quien se encargará de realizar la sesión guiada para la prevención y promoción de salud mental	20	SESIONES
REFRIGERIO	Un croissant, y/o pastel relleno con proteína animal mínimo 150 gr, mini brownie 45gr, Jugo: Mínimo 200 ml de contenido (envase tetra pack y/o botella plástica desechable) que contenga 14% de fruta, 4,5% de calorías, sin conservantes ni sabores artificiales. El refrigerio debe estar en empaque individual en bandeja elaborada en cartón 100 %reciclable y biodegradable, debe ser balanceado y responder a la normatividad vigente en lo que corresponde a las características organolépticas de conservación. Este debe incluir la transporte y entrega en el sitio de las reuniones (Se entregará dos refrigerios por cada beneficiario, uno en la mañana y otro en la tarde)	600	UNIDAD
ALMUERZO	se suministrará a cada adulto mayor almuerzo con las siguientes características 1. Almuerzo con una (1) proteína de 150g cada una, cocida o a la plancha. (Res, Pollo, Cerdo o pescado) 2. Una porción de carbohidratos o cereales de 100g cada una 3. Una porción de verduras o legumbres de 100gr 4. Bebida de 200ml de marca reconocida en el mercado 5. Un postre, servidos calientes a la mesa de manera individual conservando la calidad física y microbiológica y garantizar la inocuidad de los alimentos. El almuerzo incluye transporte, puesta en sitio y menaje	600	UNIDAD
ENTRADA LOCACION CAMPESTRE	para el desarrollo de la actividad, el contratista deberá presentar al comité técnico 3 posibles lugares para la realización del evento tales como compensar, Colsubsidio, Cafam, y serán seleccionado por parte de comité técnico de seguimiento, estos deben tener las siguientes características: 1. Contar con acceso para personas con discapacidad o movilidad reducida 2. Espacio suficiente para mínimo 500 personas 3. Salidas de emergencia según lo establecido por ley	600	UNIDAD
AMBULANCIA MEDICALIZADA	AMBULANCIA MEDICALIZADA: Módulo de estabilización y clasificación de lesionado por la SDS en la Ciudad de Bogotá, debe incluir recurso humano, integrado por DOS (2) auxiliares de enfermería y un (1) médico profesional, además de todos los insumos como loa indica la normatividad vigente. durante doce (12) horas por día	6	UNIDAD
KIT PARA L PROMOCION DE LA SALUD MENTAL	Al finalizar el evento, se entregará un kit a cada uno de los asistentes. El kit consta de los siguientes elementos: 1. 1 libro de mándalas grande mínimo 50 hojas- dibujos grandes adecuado para adulto mayor 2. Marcadores de 12 colores marca reconocida	600	UNIDAD

	3. 1 libro de sopa de letras mínimo 100 hojas letra grande 4. Paquete de mínimo 5 pinceles de diferentes tamaños 5. pinturas de mínimo 6 colores 6. Paleta para pintura 7. 1 Tula calibre grueso de mínimo 40 cm de ancho x 70 cm de alto con logos del FDLRU		
BOLSA PAPELERIA	Papelógrafos, cartulinas o lienzos grandes (papel kraft o tela) Marcadores, lápices, crayones o pinturas Revistas, recortes, pegamento y tijeras (para técnicas de collage) Post-its o etiquetas adhesivas (para categorizar temas o emociones) *item no ofertable	2	UNIDAD

Canalización Transectorial

Se entiende por canalización en salud, el proceso mediante el cual después de la identificación de riesgos en salud, El coordinador del operador debera remitir las personas a las cuales identifique riesgos en salud mental a una atención complementaria o de mayor complejidad en el entendido que el presente proceso no pueda resolverlo y no está en la capacidad de atender la demanda solicitada.

Se establecerá en Comité de Seguimiento establecerán un proceso coordinado, estructurado y articulado a nivel sectorial e intersectorial que permita el respectivo seguimiento y monitoreo, con el cual se evidencie la efectividad del proceso de canalización por parte del ejecutor, como proceso continuo durante la ejecución del proyecto.

Este componente responde a acciones de identificación y canalización para aquellas personas de la localidad y participantes del proyecto que soliciten acompañamiento por un sector en específico como salud, oferta social, cultural, deportiva, educativa, laboral, comunitaria y con otros grupos de apoyo y autoayuda, entre otros.

Para cumplir con el propósito es necesario la construcción por parte del operador de directorios y mapas de actores estratégicos institucionales y no institucionales, que contengan las rutas y la información necesaria para acceder a las diferentes ofertas y oportunidades de los interesados.

Desde el Sector Salud se facilitarán canales que favorezcan el proceso de canalización en el territorio, para lo cual es importante generar una adecuada identificación de riesgos, desarrollada por profesionales idóneos y una articulación con los referentes de Acciones Colectivas de los entornos cuidadores que desarrollan acciones en el marco del PSPIC y con los referentes del Sistema de Referencia y Contrarreferencia de las Subredes Integradas de Servicios de Salud E.S.E.

La identificación de casos para canalización está enmarcada en la estrategia de promoción de la salud o gestión del riesgo definidas en el Modelo de salud del país y por tanto en el Plan Territorial de Salud. En línea con lo anterior, los equipos del Plan de Salud Pública de Intervenciones Colectivas – PSPIC deberán garantizar la integralidad de la atención en salud de la población, a través de las Rutas Integrales de Atención en Salud – RIAS, las cuales son la

herramienta que ordena la gestión intersectorial y sectorial para la respuesta que da lugar a las atenciones/intervenciones en salud dirigidas a todas las personas, familias y comunidades, a partir de:

- Acciones intersectoriales y sectoriales orientadas a promover el bienestar y el desarrollo de las personas, familias y comunidades.

- Atenciones individuales y colectivas para la promoción de la salud, prevención de la enfermedad, diagnóstico, tratamiento, rehabilitación y paliación

- Acciones de cuidado que se esperan del individuo para el mantenimiento o recuperación de su salud. Para lo correspondiente a la activación intersectorial se recomienda generar articulación con los Referentes de Gobernanza. Es importante destacar que las acciones desarrolladas en el presente concepto de gasto corresponden a acciones extramurales de tipo comunitario, no son atenciones especificas en salud y por ningún motivo pueden relacionarse con tratamientos específicos para consumos problemáticos.

Nota Técnica 1: La ruta de canalización descrita es la definida por el Sector Salud, las correspondientes a otros Sectores serán gestionadas en espacios locales de intersectiorialidad.

Nota Técnica 2: Las acciones derivadas del proyecto no podrán responder a atenciones o intervenciones en salud. En los casos en los que se requiera, el Fondo de Desarrollo Local y su ejecutor activarán la ruta correspondiente definida en el componente de canalización transectorial.

El proceso de canalización transectorial realizará acciones de seguimiento a los casos identificados. El Fondo de Desarrollo Local definirá la herramienta de monitoreo que permita la inclusión de casos identificados y su trazabilidad en la gestión, lo anterior será presentado en el comité técnico de seguimiento. Esta acción trazadora de canalización o referenciación estará liderada por un perfil psicosocial del equipo ejecutor de disponibilidad exclusiva para el componente de Salud Mental con conocimiento y experiencia en activación de rutas, con el fin de orientar a las personas con respecto a las respuestas institucionales disponibles en su territorio y al mecanismo a seguir para acceder de manera efectiva a los servicios sociales y de salud.

INGRESO AL ALMACÉN:

El ejecutor deberá realizar el ingreso y salida a almacén previa coordinación con el supervisor y almacenista del fondo de desarrollo local, anexando oficio donde se relacionen todos los bienes y materiales, acta de verificación y aprobación de la supervisión y/o apoyo a la supervisión y los respectivos soportes contables de los mismos, antes de hacer el respectivo uso de los materiales o bienes incluidos dentro de las actividades del evento, deben tener la respectiva aprobación del ingreso y salida de almacén, para lo cual se deberá entregar la siguiente documentación:

1. Copia de la factura

2. Copia del clausulado del contrato
3. Clausulado de modificaciones contractuales (Si aplica)
4. Copia de la propuesta económica de la licitación pública.
5. Copia del acta de inicio
6. RUT
7. RIT
8. Resolución de facturación
9. Acta verificación con el supervisor y/o apoyo a la supervisión.
10. Oficio remisorio solicitud ingreso almacén

ENTREGA DE RESULTADOS:

El contratista deberá presentar sus informes técnico, administrativo y financiero (contable), en los formatos establecidos, avalados por el apoyo a la supervisión del contrato, debidamente soportados por escrito y en medio magnético, al apoyo a la supervisión y/o interventor del Fondo de Desarrollo Local:

- Informe técnico, administrativo y financiero debidamente soportado.
- Todos los soportes del plan de medios descritos en el presente documento.
- Radicados solicitud de permiso SUGA y todos los documentos presentados para los eventos.
- Consolidado de asistencia de reuniones, Supervisiones, comités de seguimiento etc.
- Actas de reuniones realizadas (de comités técnicos, con entidades, grupo contratista y otros).
- Informe de ejecución resaltando los logros obtenidos según cronograma de actividades aprobado por el interventor.
- Base de datos donde se incluya la información de los beneficiarios y beneficiarias vinculados en las actividades durante la ejecución total del contrato discriminando (nombres, cédula, apellidos, edad, género, orientación sexual, etnia, teléfono, barrio y demás datos que requiera el apoyo a la supervisión).
- Registro fotográfico y/o de video de los eventos.
- Los soportes y evidencias de los productos a entregar por cada actividad realizada.
- Y las demás, que solicite el apoyo a la supervisión / interventor, acordes con el contrato.

Además, el contratista deberá presentar al apoyo a la supervisión y/o interventor del Fondo de Desarrollo Local de Rafael Uribe Uribe, un INFORME FINAL DEL CONTRATO de los resultados obtenidos durante la ejecución del evento y evaluación de participación,

resaltando los logros obtenidos, por escrito y en medio magnético, en el formato que le suministre el profesional encargado para tal fin.

Proyectó: Cristian Camilo Sua Lopez – Profesional de planeación - FDLRUU Cristian Sua
Revisó: Fredy Alberto Marquez – Profesional líder de planeación - FDLRUU