ACTA No.:	5
FECHA Y LUGAR:	31 de Julio de 2020
HORA:	3:00pm a 5:00pm
TEMA:	-Riega esperanza y cosecha seguridad con tu huerta casera -Recetas AAVN

OBJETIVO	Garantizar la alimentación de las familias de los usuarios de los CDI institucional a través de orientaciones al personal de trabajo, sobre la sensibilización de temas del componente de salud-nutrición como seguridad alimentaria y nutricional a través de las huertas caseras y orientación de recetas de AAVN
PARTICIPANTES DE LA REUNIÓN	TALENTO HUMANO MODALIDAD INSTITUCIONAL
ORDEN DEL DIA	1. Saludo de bienvenida vía WhatsApp 2. Desarrollo del tema por medio de diapositiva con su respectivo audio 3. Conclusiones y reflexiones finales 4. Reto a resolver individualmente y entregado vía WhatsApp

No	RESUMEN DE TEMAS TRATADOS
1.	Para el inicio de la reunión se brinda un caluroso saludo de bienvenida a todo el talento humano de los CDI institucional y se da a conocer la metodología de capacitación virtual, se sugiere mantener disposición para el desarrollo de las actividades.
2.	Posterior al saludo, se envía la información pertinente con las prácticas a estudiar, Audios con explicación del tema y su respectivo cuestionario, se resuelven dudas por medio del grupo de WhatsApp Salud-Nutrición CDI; posterior se reciben los retos vía grupo de WhatsApp y se hace la respectiva revisión. Se retroalimenta conceptos como son: **-RIEGA ESPERANZA Y COSECHA SEGURIDAD CON TU HUERTA CASERA** **¿Por qué hacer una huerta?** La huerta le ayudará a tener una familia mejor alimentada y más sana. “La familia entera necesita energía y nutrientes de los alimentos para tener un buen estado nutricional y de salud” **Beneficios de la huerta:** a) Proporciona suficientes alimentos variados para toda la familia durante todo el año o por varios meses. b) Mejora los ingresos con la comercialización de productos del huerto a largo plazo. c) Mejora o mantiene el estado nutricional de toda la familia. d) Fortalece la integración familiar e) Se realiza una producción segura y sana de alimentos. f) Se fomenta la diversidad de cultivos de hortalizas, árboles frutales, leguminosas y la cría de aves **Tener una huerta es tener**: 1- Dieta saludable y al mejor precio. 2- Alimentos durante todo el año. 3- Poder tener ingresos mayores. **Las hortalizas de la huerta son:** -Más frescas -Más sanas -Más nutritivas -Más baratas **Todos pueden hacer algo en la huerta**

No	RESUMEN DE TEMAS TRATADOS
	-Los niños más pequeños -Los más grandes -El papá y la mamá **Aprovechar la huerta para la mejor economía del hogar:** - Darle prioridad a las necesidades básicas alimento – casa – vestido - Aprender a asignar las tareas entre los miembros de la familia - Formar en valores como la disciplina, el uso del tiempo libre, la responsabilidad y la paciencia - Hacer un plan de los ingresos y gastos de la familia. **-RECETAS AAVN** **¿Qué es la Bienestarina Más®?** Es un complemento alimentario de alto valor nutricional, el cual consiste en una mezcla de harinas (trigo, maíz), harina de soya y leche entera en polvo, con vitaminas y minerales. No contiene aditivos, ni conservantes, ni colorantes. Este producto es elaborado por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar – ICBF - y es entregado a la población vulnerable del País, a través de los programas del Instituto. **¿Cuál es su duración?** Debe consumirse dentro de los seis (6) meses siguientes a su fabricación **¿Desde qué edad se puede consumir y quién debe consumirla?** Los beneficiarios del ICBF pueden consumir Bienestarina Más® desde los seis (6) meses de edad. Se debe tener en cuenta que es un complemento alimentario y no un sustituto de la alimentación o de la leche materna, está dirigido a todos los niños, adolescentes, mujeres gestantes, madres en periodo de lactancia y adultos mayores. **¿Cómo se debe preparar?** Considerando que la Bienestarina Más® es un alimento de alto valor nutricional, que contiene proteínas, vitaminas y minerales, es necesario prepararla correctamente. Hervir por un periodo máximo de 5 minutos, para evitar que se pierdan sus nutrientes y favorecer su aprovechamiento. Se puede preparar en sopas, cremas, postres, panes, pasteles, tortas, coladas, jugos y bebidas, entre otros. **Mitos sobre La Bienestarina Más ®** **¿La Bienestarina Más ® contiene sustancias que causan impotencia sexual y esterilidad?** Falso. Está elaborada con productos naturales inocuos para la salud. Prueba de esto está en que los colombianos han consumido Bienestarina por más de 40 años sin efectos dañinos. **¿La Bienestarina Más® cura el cáncer?** Falso. Su contenido nutricional favorece que las defensas del organismo se mejoren, facilitándole luchar contra las enfermedades. No se le pueden adjudicar propiedades curativas. **¿La Bienestarina Más® engorda?** Falso. La obesidad es una condición causada por múltiples causas, entre las que se encuentran el mal funcionamiento del organismo y el consumo excesivo de alimentos fuente de carbohidratos y grasas, el consumo deficiente de frutas y verduras, así como la falta de actividad física. **¿La Bienestarina Más® es un producto afrodisíaco?** Falso. No contiene hormonas, estrógenos u otras sustancias que produzcan deseo sexual. **¿Hay partos de gemelos provocados por consumir Bienestarina Más®?** Falso. Los partos múltiples no tienen ninguna relación con su consumo
3.	finalmente se hace práctico las capacitaciones de talento humano a padres de familia y posterior a la familia en general por medio de retos

No	RESUMEN DE TEMAS TRATADOS

REGISTRO FOTOGRAFICO

- RIEGA ESPERANZA Y COSECHA SEGURIDAD CON TU HUERTA CASERA



No	RESUMEN DE TEMAS TRATADOS



No	RESUMEN DE TEMAS TRATADOS



-RECETAS AAVN



FUNPERS	CONTRATO NUMERO 078 -2020 SUSCRITO ENTRE ICBF Y FUNPERS MODALIDAD INSTITUCIONAL CDI DIM	BIENESTAR FAMILIAR
	ACTA-MEMORANDO-TALLERES O CAPACITACIONES (PARA MODIFICAR)	El futuro es de todos

No	RESUMEN DE TEMAS TRATADOS



REGISTRO FOTOGRÁFICO ASISTENCIA CAPACITACIÓN



Responsable:

Lilibeth Narváez
Nutricionista-Dietista