

PROYECTO 2660:

"USAQUEN TERRITORIO SALUDABLE Y SIN BARRERAS"

CONCEPTO DE GASTO:
SALUD MENTAL

CPS 490 de 2025

Alcaldía Local de Usaquén

21 de febrero de 2026

CONTENIDO

1. Objetivos
2. Fases del proyecto (iniciativas)
3. Talento Humano
4. Población beneficiaria
5. Cronograma
6. Plazo de Ejecución
7. Presupuesto
8. Inscripciones
9. Control y vigilancia social



OBJETIVO GENERAL

Contribuir al fortalecimiento de la salud mental y el bienestar emocional de la comunidad de Usaquén, mediante acciones comunitarias participativas que reduzcan factores de riesgo psicosocial con enfoque diferencial y de curso de vida.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS



- Fortalecer el bienestar emocional en entornos familiares con padres, madres y cuidadores.
- Promover redes de apoyo y espacios seguros para la población LGBTIQ+.
- Fomentar estilos de vida saludables y prácticas de autocuidado en jóvenes y comunidad en general.
- Impulsar la integración social y la construcción de vínculos comunitarios protectores.

BOGOTÁ

FASES DEL PROYECTO



- ✓ **Alistamiento:**
  Convocatoria, inscripciones, articulación interinstitucional y territorial.

- ✓ **Ejecución:**
  Desarrollo de sesiones grupales, experiencias de integración y actividad de finalización por cada iniciativa grupal.

- ✓ **Evaluación y cierre:**
  Elaboración y entrega final de informes técnicos y financieros de la ejecución contractual del proyecto.

4 INICIATIVAS



1. Papás al Kínder

2. Bienestar por la diversidad



3. Salud Mental en Movimiento



4. Patitas y posturas: Yoga con animales



BOGOTÁ

1. PAPÁS AL KINDER

- **Población beneficiaria:** Padres, madres y cuidadores
- **(150 participantes).**
- **Propósito**
  Fortalecer la salud mental en el entorno familiar y promover vínculos afectivos protectores.
- **Enfoque**
  Crianza amorosa, desarrollo infantil, habilidades parentales y bienestar emocional familiar.

Actividades



- 5 grupos de 30 papás y un ciclo de 5 talleres por cada grupo para padres.
- Espacios de diálogo sobre crianza y emociones.
- Actividades vivenciales de fortalecimiento del vínculo familiar.
- Estrategias de cuidado para cuidadores de la primera infancia.

Resultados esperados

Familias con mayores herramientas emocionales y comunicativas, enfocadas en la salud mental de cada individuo y su entorno familiar.

BOGOTÁ

ACTIVIDADES PAPÁS AL KINDER

ACTIVIDAD GRUPO/PERSONAS	No.1	No.2	No.3	No.4	No.5	TOTAL
Grupo No.1: 30 Personas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	40 horas
Grupo No.2: 30 Personas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	40 horas
Grupo No.3: 30 Personas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	40 horas
Grupo No.4: 30 Personas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	40 horas
Grupo No.5: 30 Personas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	40 horas
TOTAL: 5 Grupos. 150 personas.	40 horas	40 horas	40 horas	40 horas	40 horas	200 horas

BOGOTÁ

2. BIENESTAR POR LA DIVERSIDAD

- **Población beneficiaria:** Personas de la comunidad LGBTIQ+
- **(116 participantes)**
- **Propósito**
  Promover el bienestar integral y la integración social desde el respeto por la diversidad.
- **Enfoque**
  Derechos, inclusión, apoyo mutuo y fortalecimiento de redes comunitarias.

Actividades

- 3 encuentros grupales de diálogo y reflexión.
- 12 jornadas de fortalecimiento de habilidades en teatro, danza, gastronomía, pasarela, yoga, plastilina, diseño de modas, estética y belleza.
- Espacios seguros para expresión emocional.
- Fortalecimiento de redes de apoyo.

Resultados esperados

Fortalecimiento de habilidades, crecimiento personal y redes de apoyo fortalecidas.



BOGOTÁ

2. BIENESTAR POR LA DIVERSIDAD

ACTIVIDAD GRUPO/PERSONAS	No.1	No.2	No.3	No.4	No.5	No.6	No.7	No.8	No.9	No.10	No.11	No.12	TOTAL
Grupo No.1: 10 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	72 horas
Grupo No.2: 10 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	72 horas
Grupo No.3: 10 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	72 horas
Grupo No.4: 10 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	72 horas
Grupo No.5: 10 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	72 horas
Grupo No.6: 10 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	72 horas
Grupo No.7: 10 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	72 horas
Grupo No.8: 10 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	6 horas	72 horas
Grupo No.9: 12 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	18 horas
Grupo No.10: 12 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	18 horas
Grupo No.11: 12 Personas	6 horas	6 horas	6 horas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	18 horas
TOTAL: 11 Grupos. 116 Personas.	66 horas 116 personas	66 horas 116 personas	66 horas 116 personas	48 horas 80 personas	48 horas 80 personas	48 horas 80 personas	48 horas 80 personas	48 horas 80 personas	48 horas 80 personas	48 horas 80 personas	48 horas 80 personas	48 horas 80 personas	630 horas

BOGOTÁ

3. SALUD EN MOVIMIENTO

Población beneficiaria: Comunidad en general **(150 participantes)**

Propósito

Promover la salud mental mediante actividades colectivas y técnicas como el Qigong que integran cuerpo, emoción y comunidad.

Enfoque

Actividad física suave, integración social y prácticas de bienestar emocional.

Actividades:

- 5 grupos de 30 personas y un ciclo de 5 encuentros.
- Ejercicios de movimiento y respiración
- Juegos cooperativos e integración social
- Espacios de reflexión colectiva

Resultados esperados

Participantes con mayores prácticas de autocuidado, salud mental y vínculos comunitarios fortalecidos.



3. SALUD EN MOVIMIENTO

ACTIVIDAD GRUPO/PERSONAS	No.1	No.2	No.3	No.4	No.5	TOTAL
Grupo No.1: 30 Personas	5 horas	5 horas	5 horas	5 horas	5 horas	25 horas
Grupo No.2: 30 Personas	5 horas	5 horas	5 horas	5 horas	5 horas	25 horas
Grupo No.3: 30 Personas	5 horas	5 horas	5 horas	5 horas	5 horas	25 horas
Grupo No.4: 30 Personas	5 horas	5 horas	5 horas	5 horas	5 horas	25 horas
Grupo No.5: 30 Personas	5 horas	5 horas	5 horas	5 horas	5 horas	25 horas
TOTAL: 5 Grupos. 150 personas.	25 horas	25 horas	25 horas	25 horas	25 horas	125 horas

BOGOTÁ

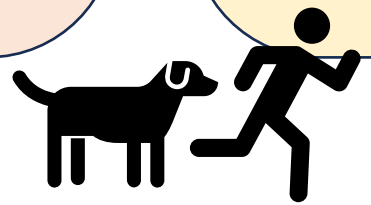
4. PATITAS Y POSTURAS

Población beneficiaria: Jóvenes
(180 participantes)
Propósito
Fortalecer la salud mental juvenil mediante actividades de regulación emocional y vínculo afectivo con animales.
Enfoque
Yoga, respiración consciente, relajación e interacción con animales de compañía.

Actividades:

- 6 sesiones grupales de 30 personas.
- Ejercicios de respiración y relajación.
- Interacción guiada con animales
- Espacios de cierre reflexivo

Resultados esperados
Jóvenes con mayores herramientas de manejo emocional y bienestar.



BOGOTÁ

4. PATITAS Y POSTURAS

Grupo Actividad	Grupo No.1 30 personas	Grupo No.2 30 personas	Grupo No.3 30 personas	Grupo No.4 30 personas	Grupo No.5 30 personas	Grupo No.6 30 personas	TOTAL 6 Grupos 180 personas
Actividad grupal	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	8 horas	48 horas

TALENTO HUMANO

2.1 Talento humano transversal:

- Coordinador(a) general del proyecto. (6 meses)
- Profesional de seguimiento y sistematización. (6 meses)
- Asistente administrativo. (6 meses)

2.2 Talento humano por iniciativa:

- **Papas al kínder:** profesionales en ciencias sociales y apoyos logísticos.
- **Bienestar por la diversidad en Usaquén:** formadores en (yoga, teatro, danza, pasarela, diseño de modas, gastronomía, plastilina, estética y belleza, y apoyos logísticos.
- **Salud mental en movimiento:** formadores en Qigong y apoyos logísticos.
- **Patitas y posturas:** 1 formador certificado actividades grupales, 1 instructor empírico en bienestar asistido con perros y apoyo logístico.

REQUISITOS

- ✓ Ser habitante de la localidad de Usaquén, como mínimo hace 6 meses.
- ✓ Población en general, adolescentes, jóvenes incluyendo grupos con enfoque diferencial y condición de vulnerabilidad.
- ✓ Que las personas vinculadas al proyecto, no participen en otras acciones similares ofertadas por PIC u otros sectores.
- ✓ Fotocopia de documento de identificación.
- ✓ Fotocopia de un recibo de servicio público (agua, energía, gas) no mayor a tres meses.
- ✓ Certificado de afiliación a régimen de salud.

BOGOTÁ

CRONOGRAMA

FASE	ACTIVIDAD GENERAL	ENE				FEB				MAR				ABR				MAY				JUN			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Alistamiento	Alistamiento mecanismo revisión, selección y aval TH.	X	X	X																					
	Preparación presentación pública.		X	X																					
	Contactar a las delegadas y/o delegados del comité			X																					
	Presentación pública.				X																				
	Elaboración de documentación técnica y metodológica.			X	X	X	X	X																	
	Primer comité técnico				X																				
Ejecución	Componente 1: convocatoria, inscripción y ejecución.								X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				
	Componente 2: Inscripción y ejecución.								X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				
	Componente 3: Inscripción y ejecución.								X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				
	Componente 4: Inscripción y ejecución.								X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X				
Evaluación y cierre.	Elaboración y entrega final de informes técnico y financiero.																					X	X	X	X

BOGOTÁ

PLAZO DE JECUCIÓN

6 meses a partir de la firma del acta de inicio del contrato firmada por ambas partes.

PRESUPUESTO

El proyecto cuenta con recursos económicos del Fondo de Desarrollo Local de Usaquén para ejecutar las 4 iniciativas en los siguientes rubros:

- Talento humano
- Materiales pedagógicos
- Logística de actividades
- Espacios y equipos
- Registro y sistematización

Presupuesto total: $515.723.916

PUNTOS DE INSCRIPCIÓN

- **Correo electrónico: coordinacion-cps490@proyconsult.com**
- **Teléfono y whatsap: 3159176601**
- **QR de inscripción:**

Papás al kínder

Bienestar por la diversidad

Salud mental en movimiento

Patitas y posturas

CONTROL Y VIGILANCIA

Se convoca a la personas residentes de la Localidad de Usaquen para que participen y conformen la veeduría de este contrato de acuerdo a lo establecido en el anexo técnico.

“Juntos construimos el bienestar y la salud mental de la comunidad de Usaquén”.

GRACIAS

BOGOTÁ