

SDIS

						Nombre de la Actividad: Diversión en el trabajo – Movimiento consciente para el bienestar Descripción de la Actividad: Actividad lúdico-terapéutica orientada al fortalecimiento del bienestar emocional en el entorno laboral, mediante ejercicios de movimiento corporal, coordinación rítmica y dinámicas grupales que favorecen la integración y la liberación de tensiones. A través de la música y el juego, se promueve la generación de emociones positivas, el fortalecimiento del trabajo en equipo y la reducción del estrés laboral. La actividad busca generar un espacio seguro de expresión emocional y disfrute colectivo que contribuya al fortalecimiento del clima laboral. Objetivo de la Actividad: Promover la integración grupal y la regulación emocional a través del movimiento y el juego, fortaleciendo el bienestar emocional y la convivencia laboral positiva. Lugar: CDC Ciudad Bolívar Día: Jueves 25 de Junio Hora: 10:00Am - 12:00M Entidad: Secretaría de Integración Social (SDIS) Subdirección de Gestión y Desarrollo del Talento Humano			
						Nombre de la Actividad: Rumba Terapia – Energía positiva y bienestar emocional Descripción de la Actividad: Actividad grupal orientada a la promoción del bienestar emocional mediante el uso de la música y el movimiento corporal como herramientas de regulación emocional. Durante la jornada, los participantes realizarán ejercicios guiados de baile terapéutico, coordinación corporal y relajación, permitiendo la disminución del estrés, la mejora del estado de ánimo y el fortalecimiento del autocuidado emocional. Esta actividad promueve espacios de bienestar que contribuyen a la prevención de riesgos psicosociales y al fortalecimiento del clima laboral. Objetivo de la Actividad: Fortalecer el bienestar emocional y la prevención del estrés laboral mediante actividades lúdicas y de movimiento corporal que favorezcan el autocuidado y la salud mental de los participantes. Lugar: CDC Tibabuyes Día: Viernes 26 de Junio Hora: 10:00Am - 12:00M Entidad: Secretaria de Integración Social (SDIS) Subdirección de Gestión y Desarrollo del Talento Humano			
					Nombre de la Actividad: Aromaterapia Descripción de la Actividad: Experiencia sensorial donde los niños y niñas exploran diferentes aromas naturales (lavanda, manzanilla, eucalipto) a través de juegos de identificación, respiración guiada y creación de saquitos aromáticos, promoviendo la calma, la concentración y el bienestar emocional. Lugar: fundación fuefia Día: miércoles Hora: 9:00 a.m. – 11:00 p.m. Entidad: Estrategia Ciudad Niñez UT RUU– SDIS				
					Nombre de la Actividad: Aromaterapia Descripción de la Actividad: <i>Creación de bienestar</i>				
					Nombre de la Actividad: Ecos del Silencio Descripción de la Actividad: Generar un espacio donde la Niñez y la Adolescencia a través del cuerpo, el movimiento y el sonido generen opciones de liberación de estrés. Lugar: Casa de La Cultura de Fontibón Día: Martes de 23 de Junio Hora: 9 am Entidad: Secretaria Distrital de Integración Social – Ciudad Niñez.				
					Nombre de la Actividad: Respirando y soltando Descripción de la Actividad: Propiciar espacios de conexión cuerpo-mente en niñas, niños y adolescentes del servicio Centro Amar, fortaleciendo la autorregulación y el equilibrio emocional, mediante ejercicios guiados de respiración en tres momentos: respiración consciente, visualización con colores y respiración para liberar tensiones (cuatro ciclos cada uno), finalizando con el uso de un aroma cítrico como anclaje de bienestar y compromiso personal. Lugar: Centros Amar Suba, Engativá, Fontibón, Chapinero y Usaquén Día: 22 de junio de 2026 Hora: Durante la jornada de atención Participantes: Suba: 12 Engativá: 19 Fontibón: 19 Chapinero: 27 Usaquén: 34 TOTAL: 111 Aprendizajes: Caminata consciente sobre hojas y texturas naturales: favoreció la atención plena, la regulación emocional y la percepción sensorial. Ejercicios de respiración y relajación en el césped: permitieron disminuir la tensión y promover estados de calma antes y después de las actividades. Abrazar y conectar con los árboles: fortaleció la conexión con la naturaleza como estrategia para el bienestar emocional. https://drive.google.com/drive/folders/1t15CQkLefE8rC7MHMEP45uV7Ql9e7usp?drive_link	Nombre de la Actividad: Respirando y soltando Descripción de la Actividad: Propiciar espacios de conexión cuerpo-mente en niñas, niños y adolescentes del servicio Centro Amar, fortaleciendo la autorregulación y el equilibrio emocional, mediante ejercicios guiados de respiración en tres momentos: respiración consciente, visualización con colores y respiración para liberar tensiones (cuatro ciclos cada uno), finalizando con el uso de un aroma cítrico como anclaje de bienestar y compromiso personal. Lugar: Centros Amar Mártires I, Mártires II, Candelaria y San Cristóbal Día: 23 de junio de 2026 Hora: Durante la jornada de atención Participantes: Mártires I: 30 Mártires II: 30 Candelaria: 15 San Cristóbal: 18 Total: 93 Aprendizajes: Círculos de palabra al aire libre: facilitaron la expresión de emociones, la escucha activa y el respeto por las opiniones de los demás. Dinámicas de observación del entorno natural: promovieron la concentración, la atención y la valoración de los espacios verdes como entornos protectores. Juegos cooperativos en grupos: fortalecieron el trabajo en equipo, la confianza y la interacción positiva entre pares. https://drive.google.com/drive/folders/1t15CQkLefE8rC7MHMEP45uV7Ql9e7usp?drive_link	Nombre de la Actividad: Respirando y soltando Descripción de la Actividad: Propiciar espacios de conexión cuerpo-mente en niñas, niños y adolescentes del servicio Centro Amar, fortaleciendo la autorregulación y el equilibrio emocional, mediante ejercicios guiados de respiración en tres momentos: respiración consciente, visualización con colores y respiración para liberar tensiones (cuatro ciclos cada uno), finalizando con el uso de un aroma cítrico como anclaje de bienestar y compromiso personal. Lugar: Centros Amar Usme, Bosa, Corabastos, Ciudad Bolívar Día: 23 de junio de 2026 Hora: Durante la jornada de atención Participantes: Bosa: 15 Usme: 30 Corabastos: 59 Ciudad Bolívar: 15 Total: 119 Aprendizajes: Actividades de movimiento consciente y estiramiento: contribuyeron al reconocimiento corporal y a la reducción del estrés. Espacios de reflexión guiada al finalizar las actividades: permitieron que las niñas, niños y adolescentes identificaran estrategias personales para encontrar la calma y gestionar sus emociones. Uso del parque como escenario pedagógico: evidenció que los espacios abiertos favorecen la participación, el aprendizaje experiencial y el fortalecimiento del bienestar emocional de las niñas, niños y adolescentes.	Nombre de la Actividad : OOOMMMM “Yoga divertido para niños” Descripción de la Actividad: Promover la relajación, la concentración y el reconocimiento corporal en niñas y niños a través del juego. Duración: 20 a 30 minutos Edad sugerida: 4 a 10 años Lugar: Fundación Caritas Felices Día: 26 de junio Hora: por definir Entidad: SDIS- Unidad Territorial Engativá Ciudad Niñez	

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Secretaría Disitritral de integración Social Subdirección para la Vejez Servicio Centro Dia Casa de la Sabiduría	1. Casa de la Sabiduría: Bella Flor-Ciudad Bolívar Título de la actividad: FESTIVAL CALMA EN LA CIUDAD: BOGOTÁ CULTURA + CONSCIENTE "MENTE Y CUERPO - CONCIENCIA EMOCIONAL" Número de personas mayores: 70 2. Casa de la Sabiduría: Tejedores de Sueños-Ciudad Bolívar Título de la actividad: Festival Calma, yoga y manejo de las emociones Número de personas mayores: 34 3. Casa de la Sabiduría: Virelagui-Sumapaz Título de la actividad: Colores de la Diversidad, conmemoración del orgullo LGBTQI+ Número de personas mayores: 11 4. Casa de la Sabiduría: Campo Verde-Bosa Título de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Número de personas mayores: 110 5. Casa de la Sabiduría: Luz de Esperanza-Engativá Título de la actividad: FESTIVAL CALMA EN LA CIUDAD: MENTE, CUERPO Y EMOCIONES CONSCIENTES Número de personas mayores: 48 6. Casa de la Sabiduría: Luz de Esperanza-Engativá Título de la actividad: FESTIVAL CALMA EN LA CIUDAD: MENTE, CUERPO Y EMOCIONES CONSCIENTES Número de personas mayores: 48 7. Casa de la Sabiduría: Macondo-Turkeyello Título de la actividad: Festival Calma - Meditación en Macondo Número de personas mayores: 47 8. Casa de la Sabiduría: Chaparrero-Chaparrero Título de la actividad: Festival Calma 2025 Número de personas mayores: 28 9. Casa de la Sabiduría: Monseñor-Puente Aranda Título de la actividad: Festival Calma Número de personas mayores: 66 10. Casa de la Sabiduría: La Fraternidad-Antioño Nariño Título de la actividad: Festival calma en la ciudad 2026 "Movimiento, conciencia y arte en camino hacia el bienestar" Número de personas mayores: 59 11. Casa de la Sabiduría: Alegría de Vivi-Suta Título de la actividad: DIALOGO INTERGENERACIONAL - CUERPO, MEMORIA Y TERRITORIO Número de personas mayores: 23	1. Casa de la Sabiduría: Acacias-Ciudad Bolívar Título de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente /Sanderos de Sabiduría - Conectando con nosotros mismos" Número de personas mayores: 13 2. Casa de la Sabiduría: Arana-Fortitón Título de la actividad: Caminata Festival Calma Número de personas mayores: 11 3. Casa de la Sabiduría: Bella Flor-Ciudad Bolívar Título de la actividad: FESTIVAL CALMA EN LA CIUDAD: BOGOTÁ CULTURA + CONSCIENTE "MENTE Y CUERPO - CONCIENCIA EMOCIONAL" Número de personas mayores: 69 4. Casa de la Sabiduría: Campo Verde-Bosa Título de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Número de personas mayores: 121 5. Casa de la Sabiduría: Luz de Esperanza-Engativá Título de la actividad: FESTIVAL CALMA EN LA CIUDAD: MENTE, CUERPO Y EMOCIONES CONSCIENTES Número de personas mayores: 41 6. Casa de la Sabiduría: Macondo-Turkeyello Título de la actividad: Festival Calma - Meditación en Macondo Número de personas mayores: 62 7. Casa de la Sabiduría: Andares-Kennedy Título de la actividad: Festival Calma Número de personas mayores: 30 8. Casa de la Sabiduría: Palmaras Mayores-Rafael Uribe Título de la actividad: Entrenamiento Místicas de relajación Número de personas mayores: 94	1. Casa de la Sabiduría: Campo Verde-Bosa Título de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Número de personas mayores: 123 2. Casa de la Sabiduría: Luz de Esperanza-Engativá Título de la actividad: FESTIVAL CALMA EN LA CIUDAD: MENTE, CUERPO Y EMOCIONES CONSCIENTES Número de personas mayores: 38 3. Casa de la Sabiduría: Macondo-Turkeyello Título de la actividad: Festival Calma - Meditación en Macondo Número de personas mayores: 12 4. Casa de la Sabiduría: Chaparrero-Chaparrero Título de la actividad: Festival Calma 2025 Número de personas mayores: 17 5. Casa de la Sabiduría: Monseñor-Puente Aranda Título de la actividad: Festival Calma Número de personas mayores: 48 6. Casa de la Sabiduría: Sembrando Sueños-Los Mártires Título de la actividad: Festival Calma en la ciudad: mente, cuerpo y emociones conscientes Número de personas mayores: 60 7. Casa de la Sabiduría: Cebalra la Vida-Usme Título de la actividad: Bienestar integral - Orientación psico-social y salud mental - Colores para nombrar la diversidad. Número de personas mayores: 46	1. Casa de la Sabiduría: Años Dorados-Santafé-Candelaria Título de la actividad: Semana del festival calma en la ciudad 2026: El taller de los sentidos Número de personas mayores: 69 2. Casa de la Sabiduría: Campo Verde-Bosa Título de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Número de personas mayores: 127 3. Casa de la Sabiduría: Luz de Esperanza-Engativá Título de la actividad: FESTIVAL CALMA EN LA CIUDAD: MENTE, CUERPO Y EMOCIONES CONSCIENTES Número de personas mayores: 48 4. Casa de la Sabiduría: Macondo-Turkeyello Título de la actividad: Festival Calma - Meditación en Macondo Número de personas mayores: 48 5. Casa de la Sabiduría: Monseñor-Puente Aranda Título de la actividad: Festival Calma Número de personas mayores: 67	1. Casa de la Sabiduría: El Bosque-Engativá Título de la actividad: Festival Calma Título de la actividad: Festival Calma - Consciente Número de personas mayores: 117 2. Casa de la Sabiduría: Luz de Esperanza-Engativá Título de la actividad: FESTIVAL CALMA EN LA CIUDAD: MENTE, CUERPO Y EMOCIONES CONSCIENTES Número de personas mayores: 38 3. Casa de la Sabiduría: Macondo-Turkeyello Título de la actividad: Festival Calma - Meditación en Macondo Número de personas mayores: 44 4. Casa de la Sabiduría: Chaparrero-Chaparrero Título de la actividad: Festival Calma 2025 Número de personas mayores: 26	1. Casa de la Sabiduría: Campo Verde-Bosa Título de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Número de personas mayores: 65 2. Casa de la Sabiduría: Macondo-Turkeyello Título de la actividad: Festival Calma - Meditación en Macondo Número de personas mayores: 47
	1. Nombre de la Actividad: Creativos: Sorrisos al corazón Descripción de la Actividad: pendiente Lugar: Casa de la Sabiduría Chaparrero en la localidad de Chaparrero Hora: 8:00am - 10:00 am Entidad: SDS Dirigido a: Personas Mayores Centro Dia Cerrado a público 2.1 Nombre de la actividad: Dialogo intergeneracional - Cuerpo, Memoria y Territorio Descripción de la Actividad: Generar espacios vinculados que favorezcan el reconocimiento corporal, la expresión emocional y la música como conexión energética, para promover el bienestar integral entre generaciones. Lugar: Casa memoria, Localidad de Suta. Actividad a cargo de la Casa de la Sabiduría Alegría de Vivi. Hora: 10:00 am - 12m. Entidad: SDS Dirigido a: Jóvenes y personas mayores Cerrado a público 3.1 Nombre de la actividad: Meditación y Místicas de respiración "Mente y Cuerpo - Conciencia Emocional" Descripción de la Actividad: Pendiente Lugar: Casa de la Sabiduría Centro Dia Bella Flor, Localidad de Ciudad Bolívar Hora: 10:50 am - 12m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas Mayores Centro Dia Cerrado a público 4.1 Nombre de la actividad: Caminata ecológica-Caminando y respirando la calma va llegando Descripción de la Actividad: Pendiente Lugar: Quevedo las delicias. A cargo de la Casa de la Sabiduría el Bosque, Localidad de Engativá Hora: 7:30 am - 2:00pm. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 5.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Campo Verde, Localidad de Bosa Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 6.1 Nombre de la actividad: Yoga mayor Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Caminos de Vida, Localidad de Kennedy. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 7.1 Nombre de la actividad: Jornada de autocuidado: reconociendo mi paz interior Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Caminos de Vida, Localidad de Kennedy. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 8.1 Nombre de la actividad: Musicoterapia receptiva	1. Nombre de la Actividad: "Senderos de Sabiduría - Conectando con nosotros mismos" Descripción de la Actividad: Para invitar a la práctica de técnicas de respiración y/o movimiento consciente que ayude a las personas mayores a realizar una pausa y renueva de vitalidad. Lugar: Zona Rural de Ciudad Bolívar Vereda Pasquella. A cargo de los profesionales de la CS Acacias Localidad de Ciudad Bolívar. Hora: 8:00am - 12:30 pm Entidad: SDS Dirigido a: Personas Mayores Centro Dia Cerrado a público 2.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Campo Verde, Localidad de Bosa Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 3.1 Nombre de la actividad: Estación de las emociones Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Casa en el Arbol, Localidad de Usaquén. Hora: 8:30am - 12:00 pm Entidad: SDS Dirigido a: Personas Mayores Centro Dia Cerrado a público 4.1 Nombre de la actividad: Jornada de autocuidado: reconociendo mi paz interior Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Caminos de Vida, Localidad de Kennedy. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 5.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Caminos de Vida, Localidad de Kennedy. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 6.1 Nombre de la actividad: Jornada de autocuidado: reconociendo mi paz interior Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Caminos de Vida, Localidad de Kennedy. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 7.1 Nombre de la actividad: Jornada de autocuidado: reconociendo mi paz interior Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Caminos de Vida, Localidad de Kennedy. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 8.1 Nombre de la actividad: Musicoterapia receptiva	1 Nombre de la Actividad: Carta que nunca envió Descripción de la Actividad: pendiente Lugar: Casa de la Sabiduría Chaparrero en la localidad de Chaparrero Hora: 8:00am - 12:30 pm Entidad: SDS Dirigido a: Personas Mayores Centro Dia Cerrado a público 2.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Campo Verde, Localidad de Bosa Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 3.1 Nombre de la actividad: Estación de las emociones Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Casa en el Arbol, Localidad de Usaquén. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 4.1 Nombre de la actividad: Jornada de autocuidado: reconociendo mi paz interior Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Caminos de Vida, Localidad de Kennedy. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 5.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Fomentar el bienestar integral de las personas mayores mediante procesos artísticos que estimulen sus capacidades psicológicas, promoviendo el autocuidado y el fortalecimiento de su identidad cultural. Lugar: Casa de la Sabiduría Carlos Gaviria, Localidad de Ciudad Bolívar. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 6.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Caminos de Vida, Localidad de Kennedy. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 7.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Luz de Esperanza, Localidad de Engativá. Hora: 8:30 am - 12:00m.	1 Nombre de la Actividad: Activación de los sentidos - memorias y emociones Descripción de la Actividad: pendiente Lugar: Casa de la Sabiduría Chaparrero en la localidad de Chaparrero Hora: 8:00am - 12:30 pm Entidad: SDS Dirigido a: Personas Mayores Centro Dia Cerrado a público 2.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Campo Verde, Localidad de Bosa Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 3.1 Nombre de la actividad: Estación de las emociones Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Casa en el Arbol, Localidad de Usaquén. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 4.1 Nombre de la actividad: Jornada de autocuidado: reconociendo mi paz interior Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Caminos de Vida, Localidad de Kennedy. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 5.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Fomentar el bienestar integral de las personas mayores mediante procesos artísticos que estimulen sus capacidades psicológicas, promoviendo el autocuidado y el fortalecimiento de su identidad cultural. Lugar: Casa de la Sabiduría Carlos Gaviria, Localidad de Ciudad Bolívar. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 6.1 Nombre de la actividad: Festival CALMA EN LA CIUDAD: MENTE, CUERPO Y EMOCIONES CONSCIENTES Descripción de la Actividad: Promover el bienestar integral de las personas mayores facilitando la conexión entre mente, cuerpo y emociones mediante la ambientación de un espacio que propicie la calma a través de la aromaterapia, técnicas de respiración, relajación y momento creativo Lugar: Casa de la Sabiduría Luz de Esperanza, Localidad de Engativá. Hora: 8:30 am - 12:00m.	1 Nombre de la Actividad: Mandatos, color y vida y Mover, Sentir y Expresar: Yoga y Arte para el Bienestar Emocional Descripción de la Actividad: pendiente Lugar: Casa de la Sabiduría Chaparrero en la localidad de Chaparrero Hora: 8:00am - 12:30 pm Entidad: SDS Dirigido a: Personas Mayores Centro Dia Cerrado a público 2.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Campo Verde, Localidad de Bosa Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 3.1 Nombre de la actividad: Caminata de conexión Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Casa en el Arbol, Localidad de Usaquén. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 4.1 Nombre de la actividad: Jornada de autocuidado: reconociendo mi paz interior Descripción de la Actividad: Promover el bienestar emocional y la salud física de las personas mayores mediante una jornada integral que combine la atención plena, la movilidad corporal y la expresión artística, facilitando herramientas simbólicas para la gestión de tensiones y el fortalecimiento de la motricidad fina. Lugar: Casa de la Sabiduría Caminos de Vida, Localidad de Kennedy. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 5.1 Nombre de la actividad: Festival Calma en la Ciudad: Bogotá Cultura + Consciente Descripción de la Actividad: Fomentar el bienestar integral de las personas mayores mediante procesos artísticos que estimulen sus capacidades psicológicas, promoviendo el autocuidado y el fortalecimiento de su identidad cultural. Lugar: Casa de la Sabiduría Carlos Gaviria, Localidad de Ciudad Bolívar. Hora: 8:30 am - 12:00m. Entidad: SDS Dirigido a: Personas mayores en atención en la unidad operativa Cerrado a público 6.1 Nombre de la actividad: Festival CALMA EN LA CIUDAD: MENTE, CUERPO Y EMOCIONES CONSCIENTES Descripción de la Actividad: Promover el bienestar integral de las personas mayores facilitando la conexión entre mente, cuerpo y emociones mediante la ambientación de un espacio que propicie la calma a través de la aromaterapia, técnicas de respiración, relajación y momento creativo Lugar: Casa de la Sabiduría Luz de Esperanza, Localidad de Engativá. Hora: 8:30 am - 12:00m.	
	Secretaría De Integración Social SUBDIRECCION PARA ASUNTOS LGBTQI+ CASAS LGBTI			Un espacio terapéutico para liberar tensiones, regular el sistema nervioso y reconectar con la energía vital desde la calma, el balance y equilibrio, acompañados del Maestro: Vladimir Poveda de Iyanga Tasagualá. Viernes 26 Dia		

Secretaría Distrital De Integración Social SUBDIRECCIÓN PARA LA ADULTEZ	Nombre de la Actividad: LOMEXON consciente en movimiento Descripción de la Actividad: Caminata ecológica guiada con ejercicios de respiración, movilidad articular y estimulación sensorial, orientada a la activación corporal suave, la conexión con el entorno y la disposición física y mental. Lugar: Por definir Día: 21 de junio Hora: 9:00 am Entidad: Hogar de paso mártires - Subdirección para la adultez https://idsgovco-	Nombre de la Actividad: Respirar y relajarse Descripción de la Actividad: Sesión de conciencia corporal que integra respiración del diafragma, relación muscular progresiva, estiramientos y escaneo corporal, enfocada en la reducción del estrés y la regulación emocional. Día: 22 de junio Hora: 9:00 am Entidad: Hogar de paso Puerta aranda y Balatá Subdirección para la adultez PARTICIPARON 45 CIUDADANOS https://idsgovco-	Nombre de la Actividad: Movimiento consciente Descripción de la Actividad: Práctica de actividades como yoga, tai chi o qigong, complementadas con movimientos suaves con música y ejercicios de mindfulness, orientadas a fortalecer la conexión mente-cuerpo y el equilibrio emocional. Día: 23 de junio Hora: 9:00 am Entidad: Socioesportiva Batallas Subdirección para la adultez PARTICIPARON 42 CIUDADANOS https://idsgovco-	Nombre de la Actividad: Juego y equilibrio Descripción de la Actividad: Desarrollo de actividades lúdicas de baja intensidad que incluyen juegos recreativos, ejercicios de coordinación y equilibrio, promoviendo la integración grupal, la participación y el bienestar físico. Día: 24 de junio Hora: 9:00 am Entidad: Adoctrinado Voto Subdirección para la adultez Equipo territorial: Zona centro y sur PARTICIPARON 47 CIUDADANOS https://idsgovco-	Nombre de la Actividad: Cierre y bienestar Descripción de la Actividad: Espacio final de integración que incluye meditación guiada, visualización y aplicación de instrumentos de percepción del bienestar (pre y post), permitiendo reconocer cambios en el estado físico y emocional de los participantes. Día: 26 de junio Hora: 9:00 am Entidad: Centro de Inclusión Libre y el camino Subdirección para la adultez PARTICIPARON 35 CIUDADANOS https://idsgovco-	Nombre de la Actividad: Activación y energía corporal Descripción de la Actividad: Sesión de activación física suave que combina ejercicios dinámicos de bajo impacto, movilidad articular y secuencias rítmicas, orientada a mejorar la circulación, aumentar la energía corporal y preparar al participante para la actividad física. Día: 26 de junio Hora: 9:00 am Entidad: Hospedaje Social Subdirección para la adultez PARTICIPARON 35 CIUDADANOS https://idsgovco-	
	SECRETARÍA DISTRITAL DE AMBIENTE OFICINA DE PARTICIPACIÓN, EDUCACIÓN Y LOCALIDADES - OPEL	SAN CRISTÓBAL (4) CAMINATA PEDIM EL ZUQUE BOGOTÁ CAMINA EN CALMA - reconecta tu ser con la naturaleza de la ciudad. https://idsgovco- TEUSAQUILLO (13) PARK WAYBOGOTÁ CAMINA EN CALMA - reconecta tu ser con la naturaleza de la ciudad. BARRIOS UNIDOS (12) RDH SALTREBOGOTÁ CAMINA EN CALMA - reconecta tu ser con la naturaleza de la ciudad. ENGATIVÁ (10) RDH JABOCUE PUEBLOBOGOTÁ CAMINA EN CALMA - reconecta tu ser con la naturaleza de la ciudad. USME (5) USME PUEBLO - RÍO TUNJUELOBOGOTÁ CAMINA EN CALMA - reconecta tu ser con la naturaleza de la ciudad. https://idsgovco-	KENNEDY (8) RDH TECHO BOGOTÁ CAMINA EN CALMA - reconecta tu ser con la naturaleza de la ciudad. https://idsgovco- TEUSAQUILLO (13) Universidad Nacional FONTIBÓN (8) RDH CAPELLANÍA MARTÍRES (14) PARQUE EL RENACIMIENTO TUNJUELITO (6) RDH EL TUNJO	BOSA (7) RDH TRIBANCA BOGOTÁ CAMINA EN CALMA - reconecta tu ser con la naturaleza de la ciudad. https://idsgovco- PUENTE ARANDA (16) Parque Ciudad Montes SANTA FE (3) PARQUE NACIONAL EL CHAPARRAL (2) CERRADA LA VIEJA PASOQUILLA	RAFAEL URIBE URIBE (18) BOSQUE SAN CARLOS BOGOTÁ CAMINA EN CALMA - reconecta tu ser con la naturaleza de la ciudad. https://idsgovco- PUENTE ARANDA (16) Parque Ecológico Aguaviva CHAPARRAL (2) CERRADA LA VIEJA PASOQUILLA	CANDELAJARA (17) Eje Ambiental Río Usaquén BOGOTÁ CAMINA EN CALMA - reconecta tu ser con la naturaleza de la ciudad. https://idsgovco- USQUÉN (1) RESERVA LA AGUADORA BOGOTÁ CAMINA EN CALMA - reconecta tu ser con la naturaleza de la ciudad.	ENGATIVÁ (10) RDH TRIBABUYES CHUCUA DE LOS CURIES
SCRD	Biblioteca Virgilio Barco «Nombre de la clase: Yoga para la paz interior - Shared path» «Dirige: Pedro Keshava»						
	«Parque Tintza» «Nombre de la clase: taller de verano - Surya Namaskar (saludos al sol)» «Dirige: Sri Krishna Caltanya Das»						
	Bosque de san Carlos «Nombre de la clase: Yoga para la columna - un abrazo para tu espalda» «Dirige: Maryu Laguardo»						
	Parque Tunal «Nombre de la clase: Yoga y meditación: calma la mente y disfruta el presente» «Dirige: Shirley Perez»						
	Humedad Santa María del lago «Nombre de la clase: Kriya para fortalecer tu abdomen» «Dirige: Ivonne Aporte»						
	Parque el Country «Nombre de la clase: Soy semilla, Soy el árbol y el bosque» «Dirige: Deyanira Prayga»						
	Suba mirador de los nevados «Nombre de la clase: Yoga para aumentar la vitalidad y la conexión con la tierra» «Dirige: Vanessa Fajardo»						
ALCALÍA LOCAL DE SUMAPAZ	Actividad Física en Calma: se concibe como un espacio orientado al bienestar integral, donde el movimiento del cuerpo se realiza de manera consciente, controlada y armónica, priorizando la respiración, la relajación y la conexión mente-cuerpo. Este tipo de actividad busca reducir los niveles de estrés, mejorar la flexibilidad y favorecer la recuperación física, pueden participar los inscritos en las Escuelas de Formación Deportiva y toda la población que quiera involucrarse de la actividad. Un primer momento será de Gimnasia Aeróbica Muscularizada donde el pilar de la actividad es el control de la respiración en zona 3 y 4. El segundo momento estará direccionado a la relajación muscular por medio de acciones dirigidas de elongación muscular e interiorización de la respiración en momentos estáticos. Entidad: ALS, profesores de las Escuelas de Formación Deportivas. Hora: 05:00 pm a 07:00 pm Lugar: centros poblados de Betanz, Nazareth, San Juan y La Unión.	El Cuerpo que Habla en Silencio: Exploración Escénica y Escritura Automática. Este taller es una invitación a habitar la "calma" no como ausencia de movimiento, sino como un estado de presencia profunda. A través de la técnica del clown (la aceptación del error y la vulnerabilidad) y el teatro físico (el cuerpo como motor de acción), buscaremos destapar sensaciones que luego serán verdades en el papel mediante la escritura automática. Lugar: Vereda La Unión - Sumapaz Hora: 3:00 pm a 4:00 p.m. Entidad: ALS - Equipo Cultura ASISTENTES: 7 Participantes	El Cuerpo que Habla en Silencio: Exploración Escénica y Escritura Automática. Este taller es una invitación a habitar la "calma" no como ausencia de movimiento, sino como un estado de presencia profunda. A través de la técnica del clown (la aceptación del error y la vulnerabilidad) y el teatro físico (el cuerpo como motor de acción), buscaremos destapar sensaciones que luego serán verdades en el papel mediante la escritura automática. Lugar: Vereda Perillas - Sumapaz Hora: 4:00 p.m. a 6:00 p.m. Entidad: ALS - Equipo Cultura ASISTENTES: 7 Participantes				
ALCALDIA LOCAL DE TEUSAQUILLO	Conversatorio en Salud Mental Jornada de diálogo y reflexión colectiva en torno a la salud mental, que requiere disponibilidad de tiempo extendida para el desarrollo de actividades. Fecha: 22 de junio Hora: 8:00 a.m. – 3:00 p.m. Ubicación: Alcaldía Local de Teusaquillo Tv. 18 Bis #38-41, Bogotá		Cuidarte Estrategia artística que promueve el cuidado de la salud mental a través de una puesta en escena, generando reflexión y aprendizajes en la comunidad participante. Fecha: 24 de junio Hora: 8:00 a.m. – 12:30 p.m. Ubicación: Alcaldía Local de Teusaquillo. Tv. 18 Bis #38-41, Bogotá				
ALCALDÍA LOCAL DE BOSA	Nombre de la Actividad: Raíces Descripción de la Actividad: Espacio de Yoga abierto para la comunidad en general, un espacio pensado para romper las rutinas, resignificar la importancia de la salud mental, volver a la raíz, con ejercicios de respiración y conciencia del cuerpo. Lugar: Parque El Bicho- EL PORVENIR Cl. 52 Sur #930-39 Día: Lunes 22 de junio Hora: 10:00 am a 1:00 pm Entidad: Alcaldía Local de Bosa - sector deporte, sector cultura y sector salud - componente de salud mental.	Nombre de la Actividad: Diversidad en movimiento Descripción de la Actividad: Espacio de Yoga para las personas con discapacidad para promover el bienestar integral (físico, mental y emocional) de personas con discapacidad a través de prácticas de yoga adaptadas, en un entorno seguro, inclusivo y respetuoso Lugar: Auditorio Casa de participación Día: Martes 23 de junio Hora: 2:00 pm a 4:00 pm Entidad: Alcaldía Local de Bosa - sector deporte, sector cultura y sector salud - componente de discapacidad	Nombre de la Actividad: Raíces Descripción de la Actividad: Espacio de Yoga abierto para la comunidad en general, un espacio pensado para romper las rutinas, resignificar la importancia de la salud mental, volver a la raíz, con ejercicios de respiración y conciencia del cuerpo. Lugar: Parque El Bicho- EL PORVENIR Cl. 52 Sur #930-39 Día: Miércoles 24 de junio Hora: 5:30 pm a 6:30 pm Entidad: Alcaldía Local de Bosa, sector deporte, sector cultura y sector salud, componente de salud mental.	Nombre de la Actividad: Yoga aventura: Descripción de la Actividad:	Nombre de la Actividad: Raíces Descripción de la Actividad: Jornada de autocuidado, compuesta por una feria de servicios y talleres dispuestos a la comunidad, que comprenden nutrición, roles de apoyo para solicitar acompañamientos psicológicos, emprendimientos saludables, etc. Lugar: Parque Neareyre Día: Sábado 27 de junio Hora: 10:00 am a 1:00 pm Entidad: Alcaldía Local de Bosa, sector deporte, sector cultura y sector salud, componente de salud mental.	Nombre de la Actividad: Raíces Descripción de la Actividad: Jornada de autocuidado, compuesta por una feria de servicios y talleres dispuestos a la comunidad, que comprenden nutrición, roles de apoyo para solicitar acompañamientos psicológicos, emprendimientos saludables, etc. Lugar: Parque Neareyre Día: Sábado 27 de junio Hora: 10:00 am a 1:00 pm Entidad: Alcaldía Local de Bosa, sector deporte, sector cultura y sector salud, componente de salud mental.	
IDPAC						Descripción de la Actividad: La actividad se estructurará en dos estaciones: la primera, centrada en el cuerpo, incluirá una activación suave, seguida de un escáner emocional mediante un gran pendón, donde las personas marcarán con stickers las emociones en su cuerpo. Luego, se girará a través de la respiración y una reflexión sobre las consecuencias de no gestionar las emociones en la convivencia barrial. La segunda	

								estación será un espacio de encuentro comunitario, con un refrigerio saludable y un micrófono abierto, para que las personas compartan recuerdos positivos y significativos de su vida en el barrio	
ALCALDÍA LOCAL DE KENNEDY						Ritmos para la Calma: danza, movimiento y bienestar Una jornada artística y recreativa que integra una muestra cultural del grupo de danza Afrozonaria, un taller en torno a la Calma liberado por la Escuela Esplendente, una sesión de zumba y actividades de juegos tradicionales orientadas por el área de Deportes para la Calma. Este espacio busca promover el bienestar, la integración comunitaria y el disfrute colectivo a través del arte, la música, el movimiento y la participación activa de la comunidad. Lugar: Transversal 78K # 41A - 04 Sur, Bogotá D.C. Alcaldía Local de Kennedy Hora: 9:00 a.m. a 12:00 pm Entidad organizadora: Alcaldía Local de Kennedy (Equipo Cultura y Deportes) Entrada: Abierta al público	Donde Habita la Calma: Un Encuentro Sin Barreras El recorrido por el humedal se convierte como un refugio de desconexación y presencia plena, donde el humedal se convierte en un escenario de calma activa para personas con discapacidad. A través de un tránsito pausado y contemplativo, la actividad articula la memoria histórica del ecosistema con el avistamiento silencioso de aves, permitiendo que el ritmo de la naturaleza guíe el encuentro sensorial con la vegetación. Esta inmersión, diseñada desde la sensibilidad y la accesibilidad universal, busca elevar el nivel urbano para conectar con las texturas del territorio, integrando un ejercicio de armonización musical que armoniza el espíritu con el entorno. La experiencia culmina en un acto de creación artística conciente con el manglar como planta nativa, transformando este elemento natural en una obra significativa que simboliza la resiliencia y la paz. Es una propuesta donde la calma actúa como el puente que elimina barreras, convirtiendo el reconocimiento de la biodiversidad en un ejercicio de bienestar profundo, equilibrio y arraigo con el patrimonio natural de Bogotá. Lugar: Humedal El Burro (Localidad Kennedy) - Carrera 83 #7 D-00-48 Castillo Hora: 8:00 AM A 12:00 PM Organiza: Alcaldía Local de Kennedy - (Equipo cultura - CIBLK y HUMEDAL EL BURRO) Cerrado al público	CALMA CIRCULAR: TALLER DEMANILLAS RECICLADAS (En ar	
Departamento Administrativo del Servicio Civil Distrital	20/06/2026 9:00am - Inscripción previa https://bienestar.serviciocivil.gov.co Vacaciones ecológicas: Acción pedagógica Biodiversidad de Bogotá. Actividad dirigida a funcionarios y sus familias, en la cual se integrarán actividades prácticas durante el recorrido por el Humedal Santa María del Lago, a través del avistamiento de aves, el reconocimiento de arborescencias y de las plantas presentes en el escenario natural, así como la integración de actividades artísticas como el dibujo y el diseño de elementos a partir de materiales orgánicos presentes en el parque. (pendiente el envío del link para las inscripciones se envía el primer día hasta el 6 de junio 2026)								
ALCALDIA LOCAL DE LOS MARTIRES		Nombre: El yoga se toma los martes, Descripción clase masiva de yoga, lugar :salón comunal el progreso (calle 4 las # 18 b 30) hora 3 pm, usuarios 60 Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: LACHES PNO (DIAGONAL 4A # 6B 44 ESTE) CARTAGENA (CARRERA 1D # 1-18 BARRIO EL BALCON) Día: Lunes 22 Junio Hora: 6:30 am a 8:00 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe	Nombre: El yoga se toma los martes, Descripción clase masiva de yoga, lugar :salón comunal el progreso (calle 4 las # 18 b 30) hora 3 pm, usuarios 60 Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: PERSEVERANCIA A (PARQUE LA PERSEVERANCIA) TRUNFO 1 (CARRERA 2A # 1A-38) Día: Martes 23 Junio Hora: 6:30 am a 8:00 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe	Nombre: El yoga se toma los martes, Descripción clase masiva de yoga, lugar :salón comunal el progreso (calle 4 las # 18 b 30) hora 3 pm, usuarios 60 Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: BALCÓN 1 (CARRERA 1D # 1-18 BARRIO EL BALCON) EL CONSUELO 2 (CARRERA 11 ESTE #1A 85) Día: Miércoles 24 Junio Hora: 6:30 am a 8:00 am	Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: LAS CRUCES 1 (CARRERA 5 # 1C-95) LAS BERMUDEZ 1 (DIAGONAL 3D # 4-64 ESTE) Día: Jueves 25 Junio Hora: 6:30 am a 8:00 am	Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: ROCIO PARTE BAJA (CALLE 6G # 3-52 PARQUE EL CONDOIR) GIRASOL (CARRERA 1 ESTE # 2-40) Y SAN BERNARDO (CALLE 2 # 12-39) Día: Viernes 26 Junio Hora: 6:30 am a 8:00 am			
ALCALDIA LOCAL DE SANTA FE	20 de junio de 2026, 3:00 p.m., Museo de La Gran Logia de Colombia	Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: LA PEÑA (CARRERA 6A ESTE #5-28 CANCHA LA PEÑA) y CDC LOURDES (CARRERA 2 # 4-10) Día: Lunes 22 Junio Hora: 8:00 am a 9:30 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe	Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: LAS CRUCES 2 (CARRERA 5 # 1C-95), LACHES LA MINA 2 (DIAGONAL 5A #8A-04) y BALCON 2 (CARRERA 1D # 1-18 BARRIO EL BALCON) Día: Martes 23 Junio Hora: 8:00 am a 9:30 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe	Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: DORADO 2 (CARRERA 11 ESTE #1A 85) INDEPENDENCIA (CALLE 26 #6-00) Día: Miércoles 24 Junio Hora: 8:00 am a 9:30 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe	Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: EL CONSUELO 1 (BALCON COMUNAL EL DORADO) EL TRUNFO 2 (CARRERA 2A # 1A-38) Y PERSEVERANCIA B Y C (PARQUE LA PERSEVERANCIA) Día: Jueves 25 Junio Hora: 8:00 am a 9:30 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe	Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: LACHES MINA 1 (DIAGONAL 5A #8A-04) Día: Viernes 26 Junio Hora: 7:00 am a 8:30 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe			
			Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: EL DORADO 1 (BALCON COMUNAL EL DORADO), SABANA (CALLE 19 # 4-56) Día: Martes 23 Junio Hora: 9:30 am a 11:00 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe	Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: SANTA ROSA (CALLE 2 CON CARRERA 6 ESTE) Día: Miércoles 24 Junio Hora: 9:30 am a 11:00 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe	Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: JA, alcaldía local de Santa Fe Día: Jueves 25 Junio Hora: 8:00 am a 11 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe	Nombre de la Actividad: Charla Nutrición y Salud Mental: como influye lo que comemos con lo que sentimos Descripción de la Actividad: promover los hábitos de vida saludable Lugar: JA, alcaldía local de Santa Fe Día: Jueves 25 Junio Hora: 8:00 am a 11 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe	Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: GUAYO (CALLE 6G # 3-52 PARQUE EL CONDOIR) Día: Viernes 26 Junio Hora: 9:30 am a 11:00 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe		
ALCALDÍA LOCAL DE USAQUÉN							Nombre de la Actividad: Pausa que Sana Descripción de la Actividad: Actividad enfocada en el bienestar de las personas mayores, donde a través de movimientos suaves y ejercicios de respiración se busca relajar el cuerpo, mejorar la movilidad y generar un momento de tranquilidad. Lugar: EL DORADO 1 (BALCON COMUNAL EL DORADO), SABANA (CALLE 19 # 4-56) Día: Martes 23 Junio Hora: 9:30 am a 11:00 am Entidad Alcaldía local de Santa Fe		
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO	Oficina para la Convivencia Escolar / Estrategia Entornos Escolares Inspiradores	"Ven te cuento - nuestro entorno puede ser más bonito" Para nuestro bienestar Entorno Escolar Inspirador Chircales Localidad Rafael Uribe Uribe "Corrientes de Memoria", Colegios: IED Hora: 9 a 11 am Lugar: Plazuela frente al colegio Transversal 5 J No. 48F-69 Sur Chircales	Panaamirmonizandose: Entorno escolar vibra con la inclusión y su bienestar". Entorno escolar Inspirador San Fernando Localidad de Barrios Unidos Colegio República de Panamá IED Sede A. Hora: 9 a 11 am. Lugar: Parque aldoño Dirección: Ubicación: KR 57 A 74 A 32, Abierta al Público	"Panamericano: Protege y Cultiva sueños y sonrisas al aire libre" Entorno Escolar Inspirador Panamericano Localidad de Mártires Colegio Panamericano IED, Jardín Psicopedagógico Mis pequeños Artistas y Jardín Infantil CIBP La Macarena. Hora: 9 a 11 am Lugar: Plazuela La Florida Dirección: Carrera 27 #24 C-19	"En el Marco Fidei Suárez, las oportunidades nos acercan al bienestar". Entorno Escolar Inspirador Marco Fidei Suárez Localidad de Rafael Uribe Uribe Colegios República de Holanda IED Hora: 2 a 4 pm Lugar: Parque Marco Fidei Suárez.	Panaamirmonizandose: "Nuestro entorno escolar vibra con la inclusión y su bienestar". Entorno escolar Inspirador San Fernando Localidad de Barrios Unidos Colegio República de Panamá IED Sede A. Hora: 9 a 11 am. Lugar: Parque aldoño Dirección: Ubicación: KR 57 A 74 A 32, Abierta al público			
MUSEO DEL ORO DEL BANCO DE LA REPÚBLICA	Apertura exposición gráfica De la ritualidad a la meditación: una mirada al Museo del Oro desde el yoga		Visita comentada por la exposición 3:00 p.m. Inicio en el Punto de información del Museo del Oro	Visita comentada por la exposición 3:00 p.m. Inicio en el Punto de información del Museo del Oro	Visita comentada por la exposición 3:00 p.m. Inicio en el Punto de información del Museo del Oro	Visita comentada por la exposición 3:00 p.m. Inicio en el Punto de información del Museo del Oro	Visita comentada por la exposición 3:00 p.m. Inicio en el Punto de información del Museo del Oro		
ALCALDIA LOCAL DE FONTIBÓN	Fontibón en CALMA Espacio de Yoga y actividad física relajante abierto para la comunidad en general focalizando las personas de propiedad horizontal. Lugar: Alcos de Salte (Cra. 68a #23 47) sector salte Hora: 2:0 p.m. a 4:00 p.m.			Se van a realizar actividades internas de relajación, masajes, tejido de opas de Dios, focalizada o dirigida a Funcionarios, funcionarias, contratistas. Se va a tener un punto los servicios y se va a ser en toda la	Se van a realizar actividades internas de relajación, masajes, tejido de opas de Dios, focalizada o dirigida a Funcionarios, funcionarias, contratistas. Se va a tener un punto los servicios y se va a ser en toda la	Se van a realizar actividades internas de relajación, masajes, tejido de opas de Dios, focalizada o dirigida a Funcionarios, funcionarias, contratistas. Se va a tener un punto los servicios y se va a ser en toda la	Se van a realizar actividades internas de relajación, masajes, tejido de opas de Dios, focalizada o dirigida a Funcionarios, funcionarias, contratistas. Se va a tener un punto los servicios y se va a ser en toda la		

	Organiza: Alcaldía Local de Fontibón, sector prevención, deporte, sector cultura. Se va a contar con la participación de medios y la señora Alcaldesa asistieron 100 personas				se realiza en un horario de 9:30 a 4:30 p.m.	se realiza en un horario de 9:30 a 4:30 p.m.	se realiza en un horario de 9:30 a 4:30 p.m.		
				Nombre de la Actividad: Postura. Un proceso más que una forma fija Descripción de la Actividad: Abordaremos desde el método Feldenkrais la idea de postura como la habilidad para moverse en cualquier dirección, en cualquier momento sin necesidad de preparación. La vida está en permanente cambio esto nos lleva a adaptarnos y a buscar equilibrio y balance en cada movimiento, el flujo de tu propia organización en relación con la fuerza de la gravedad. Lugar: Casaca de la Danza Hora:10:00 a.m. a 12:00 m. Entidad IDARTES Inscripciones: https://daneemciudad.gov.co/programacion/casaca-de-la-danza		Nombre de la Actividad: Postura. Un proceso más que una forma fija Descripción de la Actividad: Abordaremos desde el método Feldenkrais la idea de postura como la habilidad para moverse en cualquier dirección, en cualquier momento sin necesidad de preparación. La vida está en permanente cambio esto nos lleva a adaptarnos y a buscar equilibrio y balance en cada movimiento, el flujo de tu propia organización en relación con la fuerza de la gravedad. Lugar: Casaca de la Danza Hora:10:00 a.m. a 12:00 m. Entidad IDARTES Inscripciones: https://daneemciudad.gov.co/programacion/casaca-de-la-danza		Nombre de la Actividad: Respiración en movimiento Descripción de la Actividad: El taller propone una exploración sensible de la respiración como base del movimiento, la expresión y la conciencia corporal. A partir de reconocer la respiración como un proceso que conecta lo interno con lo externo, se invitara a pensar cómo influye en los estados físicos, emocionales y en la forma de relacionarnos con otros cuerpos y con el espacio. Durante el desarrollo de las dos sesiones, se irá comprendiendo que la respiración no es solo algo automático: cambia según lo que sentimos y vivimos. Muchas veces respiramos de ciertas maneras sin darnos cuenta, guiados por emociones o experiencias que también habitan en nuestra memoria. En este sentido, la respiración puede entenderse como un punto de encuentro entre lo que hacemos conscientemente y aquello que ocurre de manera más profunda e inconsciente. A través de herramientas de la Danza Movimiento Terapia, todos los participantes podrán explorar cómo la respiración incide en el ritmo, el movimiento y las posibilidades de expresión, abriendo otros caminos para encontrarse con la voz, la palabra y la imaginación. Lugar: Casaca de la Danza Hora:10:00 a.m. a 12:00 m. Entidad IDARTES Inscripciones: https://daneemciudad.gov.co/programacion/casaca-de-la-danza	
CASONA DE LA DANZA-IDARTES			Nombre de la Actividad: Pelvis en conexión. Método Feldenkrais Descripción de la Actividad: Dos sesiones para ampliar la autonomía de tu pelvis. Experimentar su poder brindando estabilidad y libertad en el movimiento. Las estrategias del Método Feldenkrais te invitarán gentilmente a escucharte diferenciando e integrando la pelvis al sistema que eres. Lugar: Casaca de la Danza Hora: 2:00 p.m. a 4:00 p.m. Entidad IDARTES Inscripciones: https://daneemciudad.gov.co/programacion/casaca-de-la-danza		Nombre de la Actividad: Pelvis en conexión. Método Feldenkrais Descripción de la Actividad: Dos sesiones para ampliar la autonomía de tu pelvis. Experimentar su poder brindando estabilidad y libertad en el movimiento. Las estrategias del Método Feldenkrais te invitarán gentilmente a escucharte diferenciando e integrando la pelvis al sistema que eres. Lugar: Casaca de la Danza Hora: 2:00 p.m. a 4:00 p.m. Entidad IDARTES Inscripciones: https://daneemciudad.gov.co/programacion/casaca-de-la-danza		Nombre de la Actividad: Método Feldenkrais, potenciando el movimiento de la columna vertebral Descripción de la Actividad: La calidad del movimiento de las costillas en todos los planos, no solo te aporta a la calidad de la respiración, también es fundamental para que el sistema de la columna vertebral funcione plenamente, para que el movimiento de la cabeza no se rompa en el cuello generando tensiones y a las lumbares no se les pida rangos de movimiento para los cuales no están diseñadas, sobrecargándolas. Lugar: Casaca de la Danza Hora: 10:00 a.m. a 12:00 m. Entidad IDARTES Inscripciones: https://daneemciudad.gov.co/programacion/casaca-de-la-danza		
ALCALDIA LOCAL DE ANTONIO NARIÑO			En el marco de la Semana del Festival Calma, el día de hoy se llevará a cabo una actividad de yoga en la Casa de la Juventud de la localidad de Antonio Nariño, con el propósito de promover el bienestar físico, mental y emocional de la comunidad. Esta jornada busca generar espacios de relajación, autocuidado y conexión personal, fomentando hábitos de vida saludables y el fortalecimiento de la convivencia a través de prácticas que contribuyen a la salud integral de los participantes.	En el marco del fortalecimiento institucional y el bienestar laboral, la Alcaldía Local de Antonio Nariño llevará a cabo una jornada de capacitación dirigida a sus contratistas, enfocada en la promoción de la salud mental. Este espacio tiene como objetivo brindar herramientas prácticas para el manejo del estrés, el fortalecimiento emocional y la prevención de factores de riesgo psicosocial, contribuyendo así al mejoramiento del clima organizacional y al desarrollo integral de quienes hacen parte de la entidad.	En el marco de la Semana del Festival Calma, el día de hoy se llevará a cabo una actividad de bienestar integral en la Casa de la Juventud de la localidad de Antonio Nariño, dirigida a personas de la tercera edad. Esta jornada contempla la realización de una sesión de yoga orientada a la relajación y el fortalecimiento físico, complementada con espacios de aromaterapia y masajes, con el propósito de promover la salud mental, emocional y corporal de los participantes, generando un ambiente de tranquilidad, cuidado y armonía.				
AGE - Agencia para la Gestión del Los Peripatéticos Teatro			NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: "Ponte en Mis Zapatos con CALMA" DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: Este taller de salud emocional, en una actividad	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: "Ponte en Mis Zapatos con CALMA" DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: Este taller de salud emocional, en una actividad			NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Dónde nace la voz DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: En este taller de salud y		
Empresa de Renovación y Desarrollo Urbano de Bogotá D.C			Sesión de yoga, bienestar, respiración y manejo del estrés - En el marco del Festival Calma, hemos programado una sesión de Yoga diseñada exclusivamente para los servidores y contratistas de la entidad. Esta actividad está enfocada en promover el bienestar físico, la respiración consciente y el manejo del estrés, reafirmando nuestro compromiso con el cuidado integral de nuestro equipo. - Lunes, 22 de junio de 2026 Horario: 10 am a 11 am - Lugar: Presencial Carrera 10 No 17-18 Piso 22	Cuerpo-Mente liberación de carga emocional - Se llevará a cabo una sesión de integración cuerpo-mente y liberación de carga emocional. Esta experiencia inmersiva está dirigida únicamente a los servidores y contratistas de la entidad, con el fin de fortalecer su salud emocional y bienestar integral. - Miércoles, 24 de junio de 2026 Horario: 10 am a 11 am - Lugar: Presencial Carrera 10 No 17-18 Piso 22	esta jornada, viviremos una actividad de renovación y reconexión personal. A través de un ejercicio simbólico guiado, crearemos un espacio para integrar lo aprendido y renovar nuestro propósito. Esta experiencia es exclusiva para los servidores y contratistas de la entidad, diseñada para cerrar con broche de oro nuestro compromiso con el bienestar. - Jueves, 25 de junio de 2026 Horario: 10 am a 11 am - Lugar: Presencial Carrera 10 No 17-18 Piso 22				
ALCALDÍA LOCAL DE CIUDAD BOLIVAR							Festival calma , se desarrollará una jornada de MNFULNESS Respirar : s		
			- Nombre de la Actividad: La salud, tu responsabilidad, nuestra responsabilidad - Descripción de la Actividad: Se realizará una lista de servicios con los diferentes actores sectoriales, donde se llevará la oferta institucional en el marco de las acciones de promoción y prevención de la salud. - Población objetivo: Todos los grupos poblacionales - # de participantes por definir - Lugar: Pendiente - Hora: 9:00 am - 2:00 pm - Entidad: Equipo Salud FDI, Turqueño	- Nombre de la Actividad: Turqueño Promueve tu salud mental - Descripción de la Actividad: Espacio grupal orientado al fortalecimiento de la salud mental y el bienestar emocional mediante ejercicios de respiración consciente y técnicas de relajación. La actividad busca promover el manejo del estrés, la regulación emocional, la reducción de la ansiedad y el fortalecimiento de la conexión cuerpo-mente, generando ambientes de autocuidado, escucha y tranquilidad para las y los participantes. - Población objetivo: Todos los grupos poblacionales - 50 participantes aproximadamente en cada uno de los espacios (150 en total) - Lugar: Auditorio Alcaldía Local de Turqueño (Dg. 50 A # 18 - 48 Sur) - Casa de la Cultura de Turqueño (Dg. 52A No 27 - 22 Sur) - Salón Comunal Barrio Venecia (Dg. 49 Sur #53-02 Sur) - Hora: 9:00 am - 11:00 am - Entidad: Equipos Deportes / IMQ/ Salud FDI, Turqueño	- Nombre de la Actividad: Turqueño Promueve tu salud mental - Descripción de la Actividad: Espacio grupal orientado al fortalecimiento de la salud mental y el bienestar emocional mediante ejercicios de respiración consciente y técnicas de relajación. La actividad busca promover el manejo del estrés, la regulación emocional, la reducción de la ansiedad y el fortalecimiento de la conexión cuerpo-mente, generando ambientes de autocuidado, escucha y tranquilidad para las y los participantes. - Población objetivo: Todos los grupos poblacionales - 50 participantes aproximadamente en cada uno de los espacios (150 en total) - Lugar: Auditorio Alcaldía Local de Turqueño (Dg. 50 A # 18 - 48 Sur) - Casa de la Cultura de Turqueño (Dg. 52A No 27 - 22 Sur) - Salón Comunal Barrio Venecia (Dg. 49 Sur #53-02 Sur) - Hora: 9:00 am - 11:00 am - Entidad: Equipos Deportes / IMQ/ Salud FDI, Turqueño	- Nombre de la Actividad: Turqueño Promueve tu salud mental - Descripción de la Actividad: Espacio grupal orientado al fortalecimiento de la salud mental y el bienestar emocional mediante ejercicios de respiración consciente y técnicas de relajación. La actividad busca promover el manejo del estrés, la regulación emocional, la reducción de la ansiedad y el fortalecimiento de la conexión cuerpo-mente, generando ambientes de autocuidado, escucha y tranquilidad para las y los participantes. - Población objetivo: Todos los grupos poblacionales - 50 participantes aproximadamente en cada uno de los espacios (150 en total) - Lugar: Auditorio Alcaldía Local de Turqueño (Dg. 50 A # 18 - 48 Sur) - Casa de la Cultura de Turqueño (Dg. 52A No 27 - 22 Sur) - Salón Comunal Barrio Venecia (Dg. 49 Sur #53-02 Sur) - Hora: 9:00 am - 11:00 am - Entidad: Equipos Deportes / IMQ/ Salud FDI, Turqueño	- Nombre de la Actividad: Circuito Comunitario de Bienestar, Cuidado Emocional y Salud Mental - Descripción de la Actividad: Desarrollar un circuito comunitario de promoción de la salud mental y bienestar emocional que vincule a la población participante en procesos de sensibilización, aprendizaje y fortalecimiento de habilidades socioemocionales, mediante estaciones experienciales orientadas al autocuidado, la prevención de riesgos psicosociales, la convivencia y el fortalecimiento de redes de apoyo comunitario e institucional. - Población objetivo: Todos los grupos poblacionales - # de participantes por definir - Lugar: Alcaldía Local de Turqueño (Dg. 50 A # 18 - 48 Sur) - Hora: 10:00 am - 1:00 pm - Entidad: Equipo Salud FDI, Turqueño		

ALCALDÍA LOCAL DE TUNJUELITO						- Nombre de la Actividad: Jardines para el Bienestar - Descripción de la Actividad: Espacio de jardinería terapéutica orientado al bienestar emocional y la conexión con la naturaleza, donde los participantes vivirán una experiencia de relajación y conciencia ambiental a través del contacto con plantas, tierra y elementos naturales. Durante la actividad se realizará una breve charla sobre los beneficios emocionales y ambientales de las plantas, seguida de ejercicios prácticos como siembra de especias aromáticas y actividades de respiración consciente. La experiencia busca promover la calma, reducir el estrés y fortalecer la conexión con el entorno y el cuidado de la vida natural. - Población objetivo: Todos los grupos poblacionales - 15 participantes - Lugar: Pendiente - Hora: 9:00 am - 10:30 am - Entidad: Equipo Ambiente FDL Tunjuelito - Jardín Botánico de Bogotá	- Nombre de la Actividad: El Turjo en Calma - Descripción de la Actividad: Una experiencia de conexión con la naturaleza a través de una caminata ecológica y el avistamiento de aves en el Complejo de Humedales El Turjo. Durante el recorrido, los participantes podrán contemplar los colores, movimientos y cantos de las aves mientras disfrutan de un espacio de calma, respiración consciente y bienestar en medio del humedal. Una invitación a desconectarse del ruido cotidiano y reconectar con la tranquilidad de la naturaleza. - Población objetivo: Todos los grupos poblacionales - 20 participantes - Lugar: Complejo de Humedales El Turjo - Hora: 7:30 am - 9:30 am - Entidad: Equipo Ambiente FDL Tunjuelito - Secretaría Distrital de Ambiente	
		- Nombre de la Actividad: Tai Chi en parque / Muestra de Capoeira - Descripción de la Actividad: Correspondiente a una práctica corporal suave (Tai Chi) enfocada en el equilibrio, la respiración y la armonía física, se propone complementar con una muestra de capoeira. Esta incluirá ejercicios de manejo corporal, propiocepción y la ejecución de movimientos básicos propios de esta disciplina, en coherencia con el enfoque de bienestar integral del espacio. - Población objetivo: Comunidad en general - 60 participantes aproximadamente - Lugar: Casa de la Cultura de Tunjuelito (Dg. 52A No 27 - 22 Sur) - Hora: 10:00 am - 12:00 m - Entidad: Deportes FDLT	- Nombre de la Actividad: Ruta Recreativa de la armonía - Descripción de la Actividad: Orientada a juegos recreativos sin carácter competitivo, se plantea el desarrollo de actividades lúdicas como frísbree, mini retos cooperativos, juegos tradicionales y espacios de recreación tranquila. - Población objetivo: Comunidad en general - 60 participantes - Lugar: Parque Metropolitano El Tunal / Concha Acústica (Calle 48 C Sur # 22D - 41) - Hora: 2:00 pm - 4:00 pm - Entidad: Equipo Deportes FDLT	- Nombre de la Actividad: EcoArmonía. Una experiencia de creatividad, conciencia ambiental y bienestar comunitario. - Descripción de la Actividad: Un espacio participativo donde las personas aprenderán sobre el manejo adecuado de residuos, el cuidado del espacio público y la importancia de prevenir puntos críticos de contaminación. A través de una charla pedagógica y actividades creativas, los participantes elaborarán materias y otros elementos decorativos con materiales aprovechables, promoviendo la conciencia ambiental, la apropiación del territorio y el bienestar comunitario. - Población objetivo: Todos los grupos poblacionales - 20 participantes - Lugar: Casa de la Cultura de Tunjuelito (Dg. 52A No 27 - 22 Sur) - Hora: 9:00 am - 11:00 am - Entidad: Equipo Ambiente FDL Tunjuelito - Subred Sur	- Nombre de la Actividad: Sesión de Stretching - Descripción de la Actividad: Jornadas de stretching y movilidad corporal enfocada en la realización de ejercicios de estiramiento guiado, movilidad articular y relajación muscular, con el fin de aliviar tensiones físicas, mejorar la postura y promover el bienestar físico de los participantes. - Población objetivo: Comunidad en general - 40-50 participantes aprox en cada jornada - Lugar: San Vicente (El Triángulo) - Hora: 2 Sesiones Mañana: 8:30 a 9:30 am / Tarde: 4:00 a 5:00 pm - Duración 1 hora - Entidad: Deportes FDLT	- Nombre de la Actividad: Actividad Física Musicalizada - Descripción de la Actividad: Rumba brasileña relajante enfocada en la realización de actividad física mediante música suave, baile libre y movimiento consciente, promoviendo el bienestar físico, emocional y la integración comunitaria a través de ejercicios recreativos y de bajo impacto. - Población objetivo: Comunidad en general - 40-50 participantes aprox en cada espacio. - Lugar: UPZ Venecia (El Carmen) - UPZ Tunjuelito (El Planchón) - Hora: 8:30 a 9:30 am - Entidad: Deportes FDLT		
Secreatria Distrital de Salud						Cuerpo, mente y emociones conscientes en ambientes hospitalarios. Cuerpo, mente y emociones conscientes en ambientes hospitalarios es un esp		
						Cuerpo, mente y emociones conscientes en ambientes hospitalarios. Ca	Hospital de EngativáDomo: 8:00 a 12 m Usme 8:00 a 9:00 am Subred sur Subred Norte	
						Cuerpo, mente y emociones conscientes en ambientes hospitalarios. Cal	26 de junio a las 10:00 a.m., en la Unidad Primera de Mayo, ubicada en la Calle 22 Sur # 8A - 58.	
Taller Articola					Taller 1: Respirar para Florecer.Lugar: Casa de Todas Dirección: Calle 2			Taller 2: Tejer Calma, Cultivar Vida.Lugar: Fundación MutualDirección:
FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE ENGATIVÁ	Apertura Festival Calma Engativá Yogatón Concierto CFLE 09:30 am - 12:00 pm CC Nuestro Bogotá / CC Titán Plaza							Recorrido Humedal Santa María del Lago (Detalles por confirmar)
MUSEO NACIONAL DE COLOMBIA				La práctica de la meditación Zen	* Cuando no hay ap			
SCRD - Centro de la Felicidad				Vipasssana	Vipasssana	Vipasssana	Vipasssana	
Terranum CENTRO EMPRESARIAL CONNECTA 26						Centro Empresarial Connecta 26 Av. calle 26 #92-32 Miércoles 24 de junio a las 5:30 p.m. Clase de baile Lugar: Salón Centro de Eventos Connecta 26		
Terranum EDIFICIO CONNECTA 80						Edificio Connecta 80 Cl. 81b #72 - 13 - Junto a Malco de la Av Boyacá Jueves 25 de junio a las 5:30 p.m. Clase de Yoga Lugar: Edificio Connecta 80- piso 4 Zona de Amenities		
			Yoga recreo deportivo para adulto mayor. Lugar: JAC GOVAROVA. Dirección: Calle 49 F sur No 6 G-17. Hora: 8:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.			Yoga recreo deportivo para adulto mayor. Lugar: JAC GOVAROVA. Dirección: Calle 49 F sur No 6 G-17. Hora: 8:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.		
							Yoga recreo deportivo para adulto mayor. Lugar: JAC GOVAROVA. Dirección: Calle 49 F sur No 6 G-17. Hora: 8:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.	
							Yoga recreo deportivo para adulto mayor. Lugar: JJAC RICON DE LOS MOLINOS. Dirección: Diagonal 49F sur 56-08. Hora: 8:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.	
			Yoga recreo deportivo para adulto mayor. Lugar: JAC ERNESTO AMAYA. Dirección: Cl. 48F Bis Sur #9-12. Hora: 8:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.			Yoga recreo deportivo para adulto mayor. Lugar: JAC ERNESTO AMAYA. Dirección: Cl. 48F Bis Sur #9-12. Hora: 8:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.		
			Yoga recreo deportivo para adulto mayor. Lugar: JHOGAR GERIATRICO MI SEGUNDO HOGAR. Dirección: Cra. 32 #46-39 - Barrio Claret. Hora: 10:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.			GERIATRICO MI SEGUNDO HOGAR. Dirección: Cra. 32 #46-39 - Barrio Claret. Hora: 10:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.		
			Yoga recreo deportivo para adulto mayor. Lugar: JAC DIANA TURBAY. Dirección: Kz 2 Dg 48 Xba A Sur Cl 49 02 Sur - Barrio Claret. Hora: 7:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.				Yoga recreo deportivo para adulto mayor. Lugar: JAC DIANA TURBAY. Dirección: Kz 2 Dg 48 Xba A Sur Cl 49 02 Sur - Barrio Claret. Hora: 7:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.	
							Yoga recreo deportivo para adulto mayor. Lugar: JAC DIANA TURBAY. Dirección: Calle 49 F sur No 6 G-17. Hora: 8:00 a. m. Organiza: Alcaldía Local Rafael Uribe Uribe.	

[illegible]

DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO DE LA DEFENSORIA DEL ESPACIO PÚBLICO					CLASE DE ARTES MARCIALES LUGAR: BAJO PUENTE CALLE 53 SEN I DO SUR AMPTC HORA: 17:00 P.M.	CLASE DE YOGA GUIADA LUGAR: BAJO PUENTE CALLE 53 SEN I DO CIVIS AMPTC HORA: 7:00 A.M		CLASE DE GIMNASIA CEREBRAL LUGAR: BAJO PUENTE CALLE 53 SEN I DO CIVIS AMPTC HORA: 10:00 A.M
PPP s	PPP en Calma. Lugar: PPP Parque Narangos. Calle 70 Bis Sur con Carrera 80 K (entrada norte del Parque Narangos). Hora: 11:00 a.m.							PPP en Calma. Lugar: PPP Nuevo Milenio. Calle 67A Sur con Carrera 11 // Costado Oriental Usme. Hora: 3:00 p.m.
	Lectura en Calma. PPP Gilma Jiménez. Lugar: Calle 51A Sur #82A -16 Kennedy. Hora: 11:00 a.m.							PPP en Calma. Lugar: PPP Parque Meissen. Calle 62Bs Sur #16C-40 Ciudad Bolívar. Hora: 11:00 a.m.
	Lectura en Calma. PPP Parque Cayetano Cañizares. Lugar: Carrera 80 #40-55 Sur Kennedy. Hora: 11:00 a.m.							PPP en Calma. Lugar: PPP Parque Ilmaní Calle 62Bs Sur #16C-40 Ciudad Bolívar. Hora: 11:00 a.m.
	Lectura en Calma. PPP Deportivo Primero De Mayo. Lugar: Carrera 5 #19-20 / Deportivo Primero de Mayo - Antiguo Veldromo San Cristóbal Hora: 11:00 a.m.							PPP en Calma. Lugar: PPP Parque Candelaria La Nueva Calle 62B Sur #221 - 47 / Polideportivo Candelaria la Nueva Ciudad Bolívar. Hora: 11:00 a.m.
	Lectura en Calma. PPP Deportivo Parque Quiroga. Lugar: Calle 31B sur #22-25 Rafael Uribe Uribe Hora: 11:00 a.m.							PPP en Calma. Lugar: PPP Parque Nuevo Muzú. Carrera 61B #52A Sur 50 Turujillo. Hora: 11:00 a.m.
	Lectura en Calma. PPP Puente Aranda Entre Carrera 55 y Carrera 56 con Calle 15 y Calle 16 Puente Aranda Hora: 11:00 a.m.							PPP en Calma. Lugar: PPP PPP Parque Santa Ana. Carrera 8 entre Calles 110 y 112 Usaquén Hora: 11:00 a.m.
	Lectura en Calma. PPP Parque Las Cruces Entre Calle 1C #4-15 Santa Fe Hora: 11:00 a.m.							PPP en Calma. Lugar: PPP Parque Mirador los Nevados Carrera 85A #145-50 Suba Hora: 11:00 a.m.
	Lectura en Calma. PPP Parque San Cristóbal Calle 17A Sur #2A-60 Este San Cristóbal Hora: 11:00 a.m.							PPP en Calma. Lugar: PPP Alabanza. Calle 127 con Carrera 50 A Suba. Hora: 11:00 a.m.
	Lectura en Calma. PPP Parque La Fragua Carrera 31 #14B-57s / Coliseo La Fragua Antonio Nariño Hora: 11:00 a.m.							PPP en Calma. Lugar: PPP Humedal Santa María del Lago Carrera 76 #75B - 02 Engativá Hora: 11:00 a.m.
	Lectura en Calma. PPP Paveo Avenida Calle 57R Sur con Carrera 72 // Costado Occidental de la Autopista Sur Bosa Hora: 11:00 a.m.							PPP en Calma. Lugar: PPP Santa Isabel Carrera 25A con Calle 2 Los Mártires Hora: 3:00 p.m.
SCRD								Pedro Felipe Heartfulness Diana Reyes Mariana El Arte de Vivir Solaya Mahecha Mariposa Solar
								Tai Chi Meditación budista Cantos Brujos Silvia Uribe Mariana El Arte de Vivir Danza Árabe Victor Mallarino & La Central
SED CALMA EN LA ESCUELA	Colegios							

Domingo 28	# Actividades abiertas al público	# Actividades Cerradas	Número de Personas	Evidencias
	2		187	
	2		26	registro Fotografico 1.jpg registro Fotografico 3.jpg
	1	3	92	https://drive.google.com/drive/folders/1hneQ-mkYZIT7-qYNHul_XC6bm4mi.RluV
	2		85	falta evidencias
	4		57	https://drive.google.com/drive/folders/1eet6ZyRCPpWV_AZvUjWuQISDIY6WV?usp=sharing
	2		28	Evidencias ya están en orfeo
			35	
	1		48	
	1		76	

Conciertos

Conversatorios

Clases

Lecturas

Proyectos

Investigación

salud y bienestar comunal

	2		37	
			12	
Avances en CalmaJornada de Yoga y Taller de respiro10:00	4	0	150	
	0	26	251	https://docs.google.com/document/d/13y9E
	0		9	
	0	1	100	
	0	1		
	0	1		
	0	1		https://docs.google.com/document/d/13y9E

Actividades -
Subdirección para la
Infancia

			320	
	o	1		
	o	1		
	o	4	15	
		1		
		1		
		15	323	

		1		
		1		
		1		
		1		
	9	0	86	https://drive.google.com/drive/u/1/folders/12AWZjZK9Rp7cZsaVXhLLRfCqXqjRslcE
N/A	N/A	198	14901	Esta actividad se realizó en los Jardines Infantiles de SDIS. Reportaron 198 actividades en el formulario de sdis y de google.

--	--	--	--

	NO	2328	2328	Fichas metodológicas/ayudas de memoria/registros fotográficos y listados de asistencia. - YA BAJE LA INFO
			12000	Registros fotográficos y/o fichas metodológicas y/o ayudas de memoria y listados de asistencia. - YA BAJE LA INFO
			10	

Tuon Maava Intergeneraatiot, acompañados a una con una presentación musical ASISTENCIA 300 PERSONAS				
Nombre de la Actividad: Respirar y sin respirar Descripción de la Actividad: El taller propone una exploración sensible de la respiración como base del movimiento, la expresión y la conciencia corporal. A partir de reconocer la respiración como un proceso que conecta lo interno con lo externo, se invita a percibir cómo influye en los estados físicos, emocionales y en la forma de relacionarnos con otros cuerpos y con el espacio. Durante el desarrollo de las dos sesiones, se irá comprendiendo que la respiración no es solo algo automático: cambia según lo que sentimos y vivimos. Muchas veces respiramos de ciertas maneras sin darnos cuenta, guiados por emociones o experiencias que también habitan en nuestra memoria. En este sentido, la respiración puede entenderse como un punto de encuentro entre lo que hacemos conscientemente y aquello que ocurre de manera más profunda e inconsciente. A través de herramientas de la Danza Movimiento Terapia, los/as participantes podrán explorar cómo la respiración incide en el ritmo, el movimiento y las posibilidades de expresión, abriendo otros caminos para encontrarse con la voz, la palabra y la imaginación. Lugar: Casa de la Danza Hora: 10:00 a.m. a 12:00 m. Entidad IDARTES	4		119	Listas de asistencia YA ESTA EN ORFEO
Nombre de la Actividad: Método Fedeletas, potenciando el movimiento de la columna vertebral Descripción de la Actividad: La calidad del movimiento de las costillas en todos los planos, no solo le aporta a la calidad de la respiración, también es fundamental para que el sistema de la columna vertebral funcione plenamente, para que el movimiento de la cabeza no se rompa en el cuello generando tensiones y a los lumbares no se les pida rangos de movimiento para los cuales no están diseñadas, sobrecargándolos. Lugar: Casa de la Danza Hora: 10:00 a.m. a 12:00 m. Entidad IDARTES	4			
Nombre de la Actividad: Respirando: Reconociendo el poder de cuerpo y mente Descripción de la Actividad: Esta propuesta nace del deseo de encontrar los puntos de encuentro entre el yoga y la danza contemporánea. A través de distintas técnicas, buscamos crear un espacio vivo y acogedor, donde el movimiento sea la puerta para explorar y redescubrir el propio cuerpo. La idea es que cada persona pueda conectar con su manera única de expresarse, reconociendo en su lenguaje corporal una herramienta poderosa para cultivar autonomía, libertad y bienestar. Lugar: Museo Nacional Hora: 9:00 a.m. a 11:00 m. Entidad Alianza IDARTES - Museo Nacional Inocencioses				
	2	1	120 personas	https://www.instagram.com/p/DZ_YFPCRrOv/?qsh=amF6NG40MmQybzdq https://www.instagram.com/p/DaEAymlURoR/?qsh=Nm2Vth5OGJnamb2 https://www.instagram.com/realDZ89KFVtH/?qsh=DXRwVYqgWwus3U4
4			51	Bitácora de emociones comunitarias- Registro fotográfico- Relatoría del encuentro
1				
		3	10	
5	0			

[illegible]

[illegible]

	3		60	20 EN CADA ACTIVIDAD
	222		146	https://docs.google.com/spreadsheets/d/1uMn_7dVn_lKX31-d6uq7MMNlTfSK_HlGd/edit
			44	
			51	
			59	
			77	
			60	
			80	
			42	
			53	
			6	
			82	
			127	
			120	
			120	
			120	
			2803	

44
51
59
77
60
80
42
53
6
82
127
120
120