**PRESTACION DE SERVICIOS PROFESIONALES PARA EL DESARROLLO E IMPLEMENTACIÓN DE ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y POMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y SU FORTALECIMIENTO EN LA POBLACION DEL MUNICIPIO DE TURBANA BOLÍVAR.**

La salud mental es fundamental para el bienestar de la población, ya que influye en la manera en que las personas piensan, sienten, se relacionan y enfrentan las dificultades de la vida. Cuidarla es tan importante como cuidar la salud física.

Importancia de la salud mental en la población

- ✓ Mejora la calidad de vida: permite desarrollar las actividades cotidianas con mayor bienestar y equilibrio emocional.
- ✓ Favorece las relaciones sociales: ayuda a establecer vínculos saludables con la familia, los amigos, compañeros de estudio y trabajo.
- ✓ Previene problemas de salud: la atención temprana puede disminuir el impacto de trastornos como la ansiedad, la depresión y el estrés.
- ✓ Aumenta el rendimiento académico y laboral: una buena salud mental facilita la concentración, la toma de decisiones y la resolución de problemas.
- ✓ Fortalece la capacidad para afrontar dificultades: permite enfrentar situaciones como pérdidas, conflictos, cambios o problemas económicos de una manera más saludable.
- ✓ Reduce el estigma: hablar abiertamente sobre salud mental ayuda a que las personas busquen apoyo profesional sin sentir vergüenza o discriminación.
- ✓ Beneficia a toda la comunidad: una población con mayor bienestar emocional puede desarrollar relaciones sociales más positivas y participar de manera activa en su comunidad.
- ✓ En conclusión, promover la salud mental debe ser una responsabilidad individual, familiar, educativa y social. Es necesario facilitar el acceso a servicios de salud mental, fomentar la educación emocional y crear espacios seguros donde las personas puedan pedir ayuda.

---

Las actividades podrán comprender, entre otras:

- ✓ Adelantar actividades informativas que le permitan al sobre temáticas relacionadas al autocuidado y la salud mental en todos los campos
- ✓ Realizar actividades de prevención para la salud mental del Municipio de Turbana
- ✓ Desarrollar espacios de formación que permitan abordar conceptos en torno a la salud mental.
- ✓ Brindar información sobre la temática de salud mental, manejo de emociones y técnicas para una vida plena.
- ✓ Realizar socialización del diagnóstico, a través de la mesa de salud mental con los actores institucionales
- ✓ Capacitar a la población para la prevención y promoción de salud mental

**OBJETIVO GENERAL:**

---

PRESTACION DE SERVICIOS PROFESIONALES PARA EL DESARROLLO E IMPLEMENTACIÓN DE ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN Y POMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y SU FORTALECIMIENTO EN LA POBLACION DEL MUNICIPIO DE TURBANA BOLÍVAR

**ACTIVIDADES DE LA ASESORIA:**

1. Adelantar actividades informativas que le permitan al sobre temáticas relacionadas al autocuidado y la salud mental en todos los campos
2. Realizar actividades de prevención para la salud mental del Municipio de Turbana
3. Desarrollar espacios de formación que permitan abordar conceptos en torno a la salud mental.
4. Brindar información sobre la temática de salud mental, manejo de emociones y técnicas para una vida plena.
5. Realizar socialización del diagnóstico, a través de la mesa de salud mental con los actores institucionales
6. Capacitar a la población para la prevención y promoción de salud mental.

**DURACIÓN**

El plazo para la ejecución del contrato será hasta de (15) dias calendarios y se contará a partir de la suscripción del acta de inicio de actividades.

**INVERSIÓN**

Esta propuesta tendrá un valor de **CUARENTA Y NUEVE MILLONES DE PESOS M/L ($49.000.000)**

**FORMA DE PAGO:** El valor del contrato se pagará de la siguiente manera: Un pago por valor de CUARENTA Y NUEVE MILLONES DE PESOS M/CTE ($49.000.000)

Kevin Ortiz

**KEVIN DE JESUS ORTIZ MARTÍNEZ**

**CC NO. 1.050.949.833**

**REP. LEGAL DE GESTION INTEGRAL LABORAL Y SEGURIDAD SOCIAL SAS**

**NIT NO. 902.108.015-8**