



Presentación CPS-370-2022

Fundación **JUSTICIA SOCIAL**

COMPROMETIDOS CON LA TRANSFORMACIÓN SOCIAL



» Realización de Expediciones Pedagógicas

» Estrategias Pedagógicas en Prevención al Consumo de Alcohol, Tabaco y Sustancias Psicoactivas

Formación de Líderes en:

- » Democracia y Participación
- » Promoción de los Derechos Humanos
- » Promoción de los Derechos de las mujeres
- » Prevención de la violencia basada en género
- » Promoción de Iniciativas Ciudadanas
- » Mediadores Escolares de Convivencia
- » Promotores de Seguridad Ciudadana
- » Prevención del Matoneo o Bullying



OBJETO

PROYECTO 1657 AUTOCUIDADO Y BIENESTAR DE LA COMUNIDAD EN RAFAEL URIBE



META



Vincular 350 cuidadoras
y cuidadores a
estrategias de bienestar
y respiro residentes en
la localidad de Rafael
Uribe Uribe



Mujeres y hombres en sus
diversidades y grupos
poblacionales

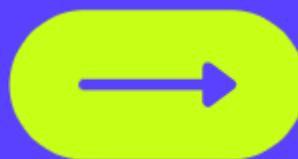
- J.A.C.
- Organizaciones
- Expresiones sociales
- Comunidades en general

PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS



INICIATIVA PRIORIZADA RU16132

**DEPORTE Y ARTE
PARA LIBERARTE**



- **DANZA**
 - Capoeira
 - Folclórica
 - Campesina
- **TEATRO**
- **YOGA**
- **ZUMBA**

ENFOQUE POBLACIONAL – DIFERENCIAL - GÉNERO



**Acuerdo 645/16
Res. 1134/18**

**Política Pública de
Mujeres y Equidad
de Género en el
marco del CONPES
14 de 2020**

PERSONAS:

- En etapa de adolescencia, juventud, adultez y vejez,
- NAR Raizales, comunidades negras, afrocolombianas, palanqueras, ROM, pueblos indígenas,
- Víctimas del conflicto armado, víctimas e hijas, excombatientes e hijas,
- Con discapacidad,
- En habitabilidad en calle,
- Familias,
- y personas pertenecientes a los sectores LGBTI.

LOCALIZACIÓN - UPZ



Unidades de Planeamiento Zonal:

- 36 – SAN JOSÉ
- 39 – QUIROGA
- 53 – MARCO FIDEL SUÁREZ
- 54 – MARRUECOS
- 55 – DIANA TURBAY

ACTIVIDADES



COMPONENTE 1 ALISTAMIENTO

1. Comité técnico
2. Presentación pública
3. Divulgación y convocatoria
4. Inscripciones

COMPONENTE 2 ESTRATEGIAS

- | | |
|-------------|--------------|
| 1. Danzas | 6. SPA |
| 2. Teatro | 7. Coaching |
| 3. Yoga | 8. Mural |
| 4. Zumba | 9. Salida |
| 5. Caminata | 10. Clausura |

COMPONENTE 1.



COMITÉ TÉCNICO

Con voz y voto:

- El alcalde local o su delegada(o).
- Apoyo a la Supervisión.
- Coordinadora de la Fundación Justicia Social.
- Apoyo a la Gestión Local designada en la localidad por el sector, Secretaría Distrital de la Mujer.
- Delegada(o) de Instancia de participación.

DIVULGACIÓN, CONVOCATORIA, INSCRIPCIONES



- Medios de comunicación comunitaria.
- Afiches.
- Convocar: JAC, instancias de participación, COLMyG, Consejo de mujeres, cuidadores y cuidadoras residentes en la localidad de Rafael Uribe Uribe.
- Un punto de inscripción por UPZ.
- Inscripciones presenciales y virtuales.

Cuida a quien Nos cuida

Si eres Cuidadora o Cuidador
de personas adultas mayores,
personas con discapacidad
o niñas y niños menores

Participa

Actividades de bienestar y respiro

www.fundacionjusticiasocial.org
info@fundacionjusticiasocial.org
[fundacionjusticiasocial](https://www.facebook.com/fundacionjusticiasocial)

CONTÁCTANOS
AL WHATSAPP



MÁS INFORMACIÓN
315-357-3826



Cuida a quien Nos cuida



La Alcaldía Local de Rafael Uribe Uribe te invita a inscribirte sin costo en las actividades de bienestar y respiro

- DANZAS: CAPOEIRA – FOLCLÓRICA – CAMPESINA -
- TEATRO -YOGA - ZUMBA - COACHING - MURAL -
- CAMINATA AL PARQUE ENTRE NUBES -
- SALIDA RECREATIVA AL PARQUE EL LAGO -

www.fundacionjusticiasocial.org
info@fundacionjusticiasocial.org
fundacionjusticiasocial

REQUISITOS:

- Vivir en la localidad
- Formato de inscripción
- Copia documento de identidad
- Copia documento de identidad de la persona(s) que cuida

CONTÁCTANOS
AL WHATSAPP



MÁS INFORMACIÓN
315-357-3826

¡Recarga tus Energías!



“Participa”

Actividades de bienestar para cuidadores de personas adultas mayores, personas con discapacidad o niñas y niños menores



www.fundacionjusticiasocial.org
info@fundacionjusticiasocial.org
[fundacionjusticiasocial](https://www.facebook.com/fundacionjusticiasocial)

CONTÁCTANOS
AL WHATSAPP



MÁS INFORMACIÓN
315-357-3826

"Tu bienestar es nuestra prioridad"



"Tómate un momento para ti"

Participa

Actividades de bienestar y respiro

- DANZAS: CAPOEIRA – FOLCLÓRICA – CAMPESINA -
- TEATRO - YOGA - ZUMBA - COACHING - MURAL -
- CAMINATA AL PARQUE ENTRE NUBES -
- SALIDA RECREATIVA AL PARQUE EL LAGO -

www.fundacionjusticiasocial.org
info@fundacionjusticiasocial.org
[fundacionjusticiasocial](https://www.facebook.com/fundacionjusticiasocial)

CONTÁCTANOS
AL WHATSAPP



MÁS INFORMACIÓN
315-357-3826

Tómate un momento **Para ti**



Alcaldía Local de
Rafael Uribe Uribe

Te invita a inscribirte
SIN COSTO
en actividades
de bienestar y respiro.

www.fundacionjusticiasocial.org
info@fundacionjusticiasocial.org
[fundacionjusticiasocial](https://www.facebook.com/fundacionjusticiasocial)

CONTÁCTANOS
AL WHATSAPP



MÁS INFORMACIÓN
315-357-3826



ALCALDÍA LOCAL DE
RAFAEL URIBE URIBE



ALCALDÍA LOCAL DE
RAFAEL URIBE URIBE





INSCRIPCIÓN y PARTICIPACIÓN CPS-370-2022

OBJETO: PRESTAR SERVICIOS PARA REALIZAR ACTIVIDADES DE BIENESTAR Y RESPIRO A CUIDADORAS Y CUIDADORES DE LA LOCALIDAD RAFAEL URIBE URIBE.

POR FAVOR ESCRIBIR EN LETRA LEGIBLE

NOMBRES Y APELLIDOS:		Nombre identitario: (si lo tiene)
C.C. ____ C.E. ____ P.P.T. ____	Documento Identidad No.	
Dirección:	Teléfono:	
Barrio:		
Usted tiene alguna discapacidad: _____ ¿Cuál? _____		

Marque con una (x) según corresponda

1. UPZ	36 – San José	54 – Marruecos
	39 – Quiroga	55 – Diana Turbay
	53 – Marco Fidel Suárez	No sabe

2. SEXO	3. ORIENTACIÓN SEXUAL	4. IDENTIDAD DE GÉNERO
Mujer <input type="checkbox"/>	Heterosexual <input type="checkbox"/>	Femenino <input type="checkbox"/>
Hombre <input type="checkbox"/>	Bisexual <input type="checkbox"/>	Masculino <input type="checkbox"/>
Intersexual <input type="checkbox"/>	Gay <input type="checkbox"/>	Transfemenino <input type="checkbox"/>
No responde <input type="checkbox"/>	Lesbiana <input type="checkbox"/>	Transmasculino <input type="checkbox"/>
	No responde <input type="checkbox"/>	No responde <input type="checkbox"/>

5. RANGO DE EDAD	18 – 25 años <input type="checkbox"/>	26 -40 años <input type="checkbox"/>	41 – 59 años <input type="checkbox"/>	60 años o más <input type="checkbox"/>
------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------------	--

6. AUTORRECONOCIMIENTO ÉTNICO. Usted se reconoce como:			
Afrodescendiente <input type="checkbox"/>	Indígena <input type="checkbox"/>	Rom <input type="checkbox"/>	No se identifica <input type="checkbox"/>

7. NIVEL DE ESTUDIOS	Ninguno <input type="checkbox"/>	Primaria Completa <input type="checkbox"/>	incompleta <input type="checkbox"/>	Bachillerato Completo <input type="checkbox"/>	incompleta <input type="checkbox"/>
Técnico/tecnólogo <input type="checkbox"/>	Universitario Completo <input type="checkbox"/>	Incompleta <input type="checkbox"/>	Posgrado <input type="checkbox"/>	Otro _____	

8. OCUPACIÓN	Hogar <input type="checkbox"/>	Estudiante <input type="checkbox"/>	Empleado <input type="checkbox"/>	Independiente <input type="checkbox"/>	Desempleado <input type="checkbox"/>
	Nini <input type="checkbox"/>	Otro ¿Cuál? _____			

9. Señale la actividad de trabajo de cuidad NO remunerado, seleccione una o más casillas	SI
• Cuidado de menores de 5 años	
• Cuidado de personas con discapacidad	
• Cuidado de personas mayores	
• Cuidado de personas enfermas	
• Protección de animales en hogar de paso	
• Otro. ¿Cuál?	

10. ¿En el curso o actividad en la que va a participar, asiste con la(s) persona(s) a quien(es) cuidas?	SI <input type="checkbox"/>	¿Cuántas? _____	Edad _____	NO <input type="checkbox"/>
---	-----------------------------	-----------------	------------	-----------------------------



11. Me comprometo de forma expresa y libre a participar en: (Marque su opción 1 y su opción 2)

<input type="checkbox"/> CAPOEIRA	<input type="checkbox"/> FOLCLÓRICA	<input type="checkbox"/> CAMPESINA	<input type="checkbox"/> ZUMBA	<input type="checkbox"/> TEATRO
<input type="checkbox"/> YOGA	<input type="checkbox"/> SPA	<input type="checkbox"/> COACHING	<input type="checkbox"/> MURAL	
<input type="checkbox"/> CAMINATA Parque Entre Nubes			<input type="checkbox"/> SALIDA Parque El Lago	

Realiza algún emprendimiento: NO SI ¿Cuál? _____

Autorizo de forma expresa el uso de las imágenes y producción intelectual realizadas por mi obtenidas en el desarrollo de las actividades relacionadas con el contrato CPS-370-2021 celebrado entre el Fondo de Desarrollo Local de Rafael Uribe Uribe y la Fundación Justicia Social, para utilizarlas en cualquier tipo de formato y/o medio de difusión (papel, páginas web, comunicaciones, video, radio, streaming, redes sociales, plataformas de intercambio de videos y/o material editorial o publicitario, etc.), de acuerdo con los fines de divulgación social. Así mismo, renuncio a cualquier reclamación de índole civil por el uso de dichas imágenes, por lo que quedan exoneradas de responsabilidad civil contractual o extracontractual y de tipo penal al Fondo de Desarrollo Local de Rafael Uribe Uribe y la Fundación Justicia Social. Reconozco y acepto que la decisión de usar o no las imágenes es un derecho exclusivo de la Fundación Justicia Social o cualquier otra persona natural o jurídica que la Fundación Justicia Social autorice o ceda sus derechos, quien podrá ejercerlo en cualquier momento o lugar conforme a lo estipulado en esta autorización, sin que sea necesario informarme acerca de su determinación cada vez que las imágenes vayan o no a ser o sean utilizadas. En consecuencia, manifiesto que conozco y acepto que la Fundación Justicia Social no está obligada a usar las imágenes. Declaro expresamente que la autorización que otorgo sobre mis imágenes se realiza en forma gratuita y por tanto, declaro a paz y salvo a la Fundación Justicia Social por el tratamiento que haga de las imágenes. En consecuencia, me comprometo a no reclamar suma alguna por concepto de la utilización que hicieren o cualquier tercero o encargado por éste, de las imágenes. Libero al Fondo de Desarrollo Local de Rafael Uribe Uribe y a la Fundación Justicia Social de cualquier responsabilidad por la utilización lícita de las imágenes en los términos señalados.

En constancia de aceptación se firma: día: _____ mes: _____ año: _____

Firma participante: _____ C.C. No. _____

Si lo prefiere puede inscribirse virtualmente con este código QR

O también ingresando en el siguiente enlace:

<https://forms.gle/SE5Su5fmAhfCqowi8>

NOTA: Recuerde no pueden participar en las actividades personas que cuidan con Discapacidad múltiple. Suministro de medicamento. Menores de 18 meses. Movilidad reducida. y/o Que requieran apoyo permanente.

ANEXAR: Documento de identidad del cuidador o cuidadora y de la(s) persona(s) que cuida.



COMPONENTE 2



ESTRATEGIA	ELEMENTOS	TEMAS
<p>1. DANZAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • CAPOEIRA • FOLCLÓRICA • CAMPESINA <p>9 Sesiones de 2 horas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tula deportiva, toalla y botella. • Trajes • Cartilla y manilla • Refrigerio en todas las sesiones 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Contextualización. 2) Cuidado no remunerado 3) Roles 4) Redistribución de las actividades del hogar
<p>2. TEATRO</p> <p>8 Sesiones de 2 horas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tula deportiva, toalla y botella. • Trajes • Cartilla y manilla • Refrigerio en todas las sesiones • Escenografía y maquillaje 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Tipos de cuidado 2) Experiencias y vivencias del cuidado 3) Conformar y fortalecer redes de apoyo para cuidado. 4) Como redistribuir el cuidado en el hogar

COMPONENTE 2



ESTRATEGIA	ELEMENTOS	TEMAS
3. <u>YOGA</u> 8 Sesiones de 1 hora	<ul style="list-style-type: none">• Tula deportiva, toalla, botella y tapete.• Mándalas, colores, vela aromática.• Cartilla y manilla• Hidratación y fruta en todas las sesiones	<ol style="list-style-type: none">1) Cuidado no remunerado2) Roles3) Redistribución de las actividades del hogar4) Pautas de cómo realizar yoga en sus actividades diarias
4. <u>ZUMBA</u> 8 Sesiones de 1 hora	<ul style="list-style-type: none">• Tula deportiva, toalla y botella.• Cartilla y manilla• Hidratación y fruta en todas las sesiones	<ol style="list-style-type: none">1) Cuidado no remunerado2) Roles,3) Redistribución de las actividades del hogar4) Pautas de cómo realizar zumba en sus actividades diarias

COMPONENTE 2



ESTRATEGIA	ELEMENTOS	TEMAS
<p>5. <u>CAMINATA</u> Parque entre nubes</p> <p>1 salida de 3 horas</p>	<ul style="list-style-type: none">• Gorra• Cartilla y manilla• Refrigerio e Hidratación• Transporte 4 estaciones de salida y llegada.	<ol style="list-style-type: none">1) Reconocimiento del cuidado2) Redistribución de este.3) Reducción del tiempo de cuidado para el fomento de la vida de las cuidadoras.
<p>6. <u>SPA</u></p> <p>1 sesión de 40 minutos</p>	<ul style="list-style-type: none">• Cartilla y manilla• Kit desechable: cofia, brasier y panty• Masaje corporal y mascarilla facial	<ol style="list-style-type: none">1) Sensibilización a las personas cuidadoras:2) Importancia del autocuidado3) Reconocimiento corporal.

COMPONENTE 2



ESTRATEGIA	ELEMENTOS	TEMAS
7. <u>COACHING</u> 6 sesiones de 1 hora	<ul style="list-style-type: none">• Cartilla y manilla• Hidratación y fruta en todas las sesiones	<ol style="list-style-type: none">1) Coaching de autocuidado y emociones2) Resolver situaciones que impiden tener una mejor calidad de vida.
9. <u>MURAL</u> Rafael Uribe Uribe cuida a quien nos cuida 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none">• Cartilla y manilla• Refrigerio en todas las sesiones• Materiales para realizar el mural	<ol style="list-style-type: none">1) Visibilizar las formas de cuidado.

COMPONENTE 2



ESTRATEGIA	ELEMENTOS	TEMAS
<p>10. <u>SALIDA RECREATIVA</u></p> <p>Parque El Lago</p> <p>1 Salida de un día</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gorra • Cartilla y manilla • 2 Refrigerios e Hidratación • Almuerzo • Transporte 	<p>Estaciones - Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Encostalados • Rompecabezas • Torre de ensartados • Soga, tira y afloja • Redistribución del cuidado
<p>11. <u>CLAUSURA</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo musical • Muestra emprendimientos • Refrigerio 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación danzas (capoeira, folclórica, campesina), teatro, zumba • Sesión de peluquería • Sesión manicure • Sesión pedicure
<p><u>DUPLAS CUIDADO</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Materiales talleres 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Redistribución del cuidado. 2) Roles del cuidador en el hogar. 3) Tipos de cuidado

TALENTO HUMANO



Cant.	Mes	ROL	PERFIL
1	5	DANZA, ZUMBA, CAMINATA Y SALIDA	Licenciada(o) en danza / Educación artística
1	5	TEATRO	Licenciada(o) en teatro / educación artística, con posgrado en pedagogía
1	3	YOGA	Licenciada(o) en educación física / Ciencias del deporte / en educación artística
8	5	DUPLAS DE CUIDADO	Profesional en Psicopedagogía / Licenciada(o) educación física / Ciencias del deporte / Psicología / Trabajo Social.
1	1	MURAL – RUU CUIDA A QUIENES NOS CUIDAN	Profesional artes escénicas o plásticas / Licenciada(o) en Educación Artística
1	2	COACHING	Profesional nutrición y dietética / Educación física o Psicología / Licenciatura en educación
3	5	PROMOTORA Y DINAMIZADORAS	Bachiller y/o empírica
1	6	COORDINADORA	Licenciada en educación con escalafón, posgrado

PRESUPUESTO



Descripción	VALOR SIN I.V.A.
Presentación pública y convocatorias	15.494.241
Materiales e insumos para la ejecución de actividades	13.504.366
Danzas	43.313.941
Teatro	18.064.268
Yoga	25.279.109
Zumba	11.145.613
Caminatas	1.949.904
Spa	7.808.571
Coaching	1.755.831
Materiales para las duplas de cuidado	3.950.889

PRESUPUESTO



Descripción Artículos	VALOR SIN I.V.A.
Mural - Rafael Uribe Uribe, cuida a quien nos cuida	1.484.922
Salidas recreativas	4.882.063
Impresos (cartillas - manillas - gorras)	10.899.844
Clausura	35.095.510
Insumos de papelería	4.096.267
Talento humano	265.966.386
SUB TOTAL	464.691.733
(+) I.V.A.	88.291.429
TOTAL	\$552.983.163



CPS-370-2022
PLAZO
6 MESES

INICIO
1/12/2022

TERMINACIÓN
30/05/2023



FUNDACIÓN JUSTICIA SOCIAL



info@fundacionjusticiasocial.org

WhatsApp: 315 357 3826



Escanea con la cámara de tu celular este código QR o ingresa al siguiente link:

<https://forms.gle/SE5Su5fmAhfCqowi8>

y diligencia el formulario de inscripción.