

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

INFORME TÉCNICO PROGRAMA HABITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

RESPONSABLE DEL INFORME	NAIRO ANDRÉS DÍAZ SANABRIA
EMAIL	NAYRO81@HOTMAIL.COM
PERIODO DEL INFORME	FEBRERO 2022

EP4MP4 – Personas atendidas en recreación, deporte y actividad física para la prevención de enfermedades no transmisibles, obesidad y promoción de hábitos y estilos de vida saludable de forma virtual o presencial.

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

- **Villa activa: 30 usuarias**



- **Magdalena activa: 50 usuarias**



Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 2 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

- **Súper tren activo: 50 usuarias**



- **Mitológico saludable: 30 usuarias**



EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Municipio: Espinal
Vereda o Comuna: 3
Lugar: Parque Mitológico
N.º Asistentes: 50

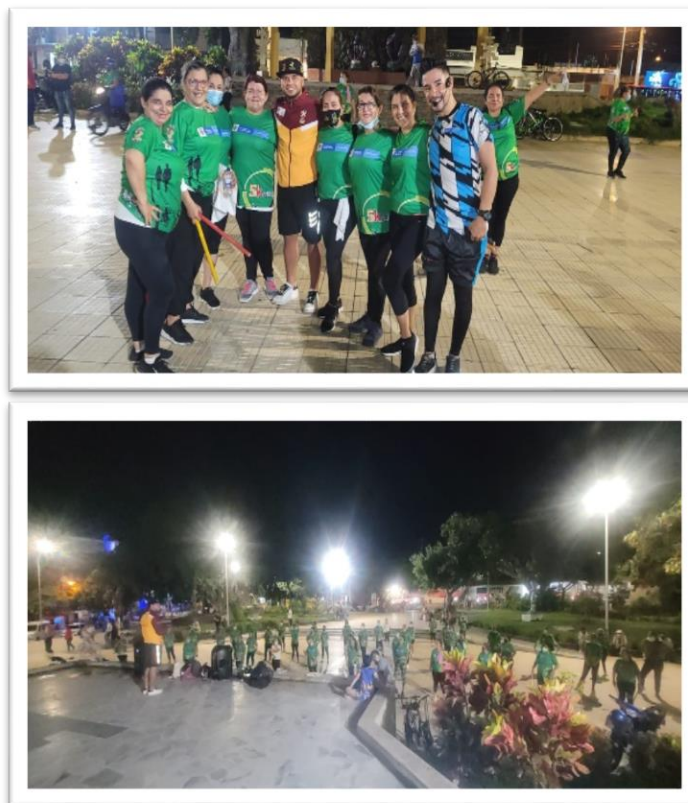
De manera articulada con el Instituto Municipal de Deporte y Recreación del Espinal (IMDRE) y el programa Tolima Saludable se realiza la apertura de los puntos de actividad física en el municipio del espinal, contando con el apoyo del Gestor

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 3 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

Departamental Camilo Paramo haciendo entrega de 45 camisetas del programa Hábitos y estilos de vida saludable.



Municipio: Espinal
Vereda o Comuna: Montalvo
Lugar: Resguardo Indígena
N.º Asistentes: 60

De manera articulada con la Secretaria de Inclusión y el programa Tolima Saludable se realizó pausas saludables para la comunidad indígena del municipio del espinal, con la participación de las ocho comunidades indígenas.

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 4 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03



Municipio: Espinal

Vereda o Comuna: 1

Lugar: Liceo Pedagógico Andrés Alexander Mogollón Méndez

N. ° Asistentes: 210

Se realizó asesoría al Liceo Pedagógico por medio del programa Tolima Saludable, en el cual se desarrollan dos estrategias de la ruta metodológica evento de movilización y capacitación a docentes del Liceo.

Evento de movilización 170 niños

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 5 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03



Estrategias IEC 30 niños



Total, Población Impactada Grupos Regulares: 160

Total, Población Impactada Eventos: 110

Total, Población Asesorías: 210

TOTAL, GENERAL: 480

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 6 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

RESPONSABLE DEL INFORME	JUDY ELISA ROJAS GARCIA
EMAIL	JUDYROJAS1983@GMAIL.COM
PERIODO DEL INFORME	FEBRERO 2022

EP4MP4 – Personas atendidas en recreación, deporte y actividad física para la prevención de enfermedades no transmisibles, obesidad y promoción de hábitos y estilos de vida saludable de forma virtual o presencial.

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Para el periodo de febrero se conformaron los siguientes grupos:

- **MARAVILLAS RUMBERAS:** grupo que es atendido los días: miércoles y viernes 5 pm y sábados 7 am, ubicado en el polideportivo del barrio las quintas ferroviarias.

En el momento se impactan constantemente 29 personas



- **COLOMBIA VIVE:** grupo que es atendido los días: martes, jueves y sábados a las 6:10 pm, ubicado en el salón comunal del barrio aprovitef.

En el momento se impacta una población de 50 personas

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 7 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03



- **SAN LUIS ACTIVO:** grupo que se atiende los días: lunes, miércoles y viernes 7 pm en el barrio san luis.

En el momento se impacta una cantidad de 20 personas.



- **IQUEIMA ACTIVO:** grupo que se atiende los martes, jueves y sábados 7 pm en el barrio iqueima.

En el momento se impacta un número de 22 personas



Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

lbagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 8 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos No Regulares)

Para el periodo de febrero se empezó a realizar la visita a diferentes barrios o población para la ubicación del grupo NO regular: el cual posiblemente quedara ubicado en algunas de las zonas a continuación: (vereda colegio, barrio iqueima, vereda camal)

EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Municipio: Flandes

Vereda o Comuna: Barrió Iqueima

Lugar: Carrera 4

N.º: Asistentes: 19

Se realiza estrategia Hevs (activa tu barrio) en el cual se llegó al barrio el Iqueima donde se orienta a las personas dando a conocer el programa y realizando una sesión de rumba musicalizada, con el objetivo de que diferentes tipos de población se integren y cuiden su salud física y emocional.



Municipio: Flandes

Vereda o Comuna: Flandes

Lugar: Avenida los Mangos

N.º: Asistentes: 15

Se realiza caminata para la salud física y mental, esto se llevó a cabo con señoras en las edades de adulto mayor, las cuales ya por su edad y muchas por sedentarismo,

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

lbagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 9 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

padecen de enfermedades no transmisibles, las cuales deterioran su salud, por este motivo hicimos un pequeño recorrido con una caminata llevando la escala de percepción del esfuerzo en un nivel 2 (suave).



Municipio: Flandes
Vereda o Comuna: Aproveitef
Lugar: Salón Comunal de Aproveitef
N.º Asistentes: 22

Se realizó actividad con población infantil en donde por medio de lúdicas se contextualizó el programa HEVS teniendo participación de todos los asistentes, se realiza una sesión de Gimnasia aeróbica musicalizada (GAM) con un nivel básico, en el cual se obtuvo un buen resultado y la participación de todos los niños los cuales reforzaron lateralidad y coordinación.



Total, Población Impactada Grupos Regulares: 121
Total, Población Impactada Grupos No Regulares: 0
Total, Población Impactada Eventos: 56
TOTAL, GENERAL: 177

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

lbagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 10 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

RESPONSABLE DEL INFORME	SAMUEL DAVID ARGUELLO HERNANDEZ
EMAIL	SAMDAV.HERNANDEZ0902@GMAIL.COM
PERIODO DEL INFORME	MARZO 2022

EP4MP4 – Personas atendidas en recreación, deporte y actividad física para la prevención de enfermedades no transmisibles, obesidad y promoción de hábitos y estilos de vida saludable de forma virtual o presencial.

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

MINUTO 1 ACTIVO

Los días lunes, martes y jueves a las 6 PM

SAN LORENZO HEVS

Los días lunes, miércoles y jueves a las 7 PM

ALEMAN ACTIVO

Los días lunes, miércoles y viernes a las 8 PM

FELICIDAD 2.0

Los días miércoles, viernes y sábados a las 6 AM

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos No Regulares)

Se está consolidando el grupo no regular con la alcaldía municipal

EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Municipio: Lérída Tolima

Lugar: Coliseo Municipal

N.º Asistentes: 80

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 11 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

Se realizó evento masivo denominado apertura HEVS 2022 en el municipio de Lérída el día 10 de febrero para dar inicio al programa hábitos y estilos de vida saludable en el coliseo municipal del barrio ciudadela el jardín contando con alrededor de 80 personas impactadas.



Municipio: Lérída
Lugar: Uniminuto Lérída
Nº Asistentes: 250



Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 12 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

Municipio: Lérída
Lugar: CDI mi nuevo sol ICBF
N° Asistentes: 22



Total, Población Impactada Grupos Regulares: 96
Total, Población Impactada Grupos No Regulares:
Total, Población Impactada Eventos: 350
TOTAL, GENERAL: 350

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 13 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

RESPONSABLE DEL INFORME	NATALY TOVAR TAMAYO
EMAIL	NATALYTOVAR29@GMAIL.COM
PERIODO DEL INFORME	FEBRERO 2022

EP4MP4 – Personas atendidas en recreación, deporte y actividad física para la prevención de enfermedades no transmisibles, obesidad y promoción de hábitos y estilos de vida saludable de forma virtual o presencial.

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Se conformaron cuatro grupos regulares de actividad física en el municipio de freso Tolima. Los cuales son Villa del sol; los días lunes 6:00 pm, martes y jueves 7:15 pm, coliseo; los días lunes, miércoles y viernes 7:15 am; barrio obrero los días lunes, miércoles y jueves 8:30 pm, parque infantil; lunes y miércoles 7:15 pm y martes 8:30 pm.



ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos No Regulares)

Se conformó grupo no regular, las sesiones iniciaran en el mes de marzo y se realizaran en el salón de acción comunal los días miércoles a las 6:00 pm.

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

lbagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 14 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Municipio: Fresno Tolima

Lugar: Cárcel municipal

N. ° Asistentes: 23

Se realizó apoyo al INPC en la cárcel municipal de fresno Tolima en donde participaron 23 reclusos de una sesión dirigida en la modalidad de estimulación muscular.



Municipio: Fresno Tolima

Lugar: Vereda la sierra

N. ° Asistentes: 24

En el mes de febrero se realizó una caminata a la vereda la sierra el día sábado 19 de febrero en donde participaron 24 personas.



Total, Población Impactada Grupos Regulares: 84

Total, Población Impactada Grupos No Regulares:

Total, Población Impactada Eventos: 47

TOTAL, GENERAL: 137

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

lbagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 15 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

RESPONSABLE DEL INFORME	JOHN EDISSON CASTILLO VARÓN
EMAIL	MAIDEN237@HOTMAIL.COM
PERIODO DEL INFORME	FEBRERO 2022

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Municipio: Melgar Tolima

Lugar: Barrio 17 de enero Coliseo

N. ° Asistentes: 30

Grupo Regular: 17 de enero Activo

Fechas de intervención: 9, 10, 15, 16, 17, 21, 22, 23, 28 de FEBRERO 2022

Se desarrollaron sesiones de actividad física con el grupo regular el 17 de enero activo del municipio de melgar Tolima en la modalidad de rumba aeróbica; la sesión se desarrolla tres veces por semana y participa la población en general de todos los ciclos vitales. Esta actividad cumple con los protocolos para protección de la comunidad de acuerdo a la Resolución 1513 del 1 de septiembre de 2020 “Por medio de la cual se adopta el protocolo de bioseguridad para el manejo y control del riesgo del coronavirus COVID-19, en el espacio público por parte de las personas, familias y comunidades.”



 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 16 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

Municipio: Melgar Tolima

Lugar: Barrio Sicomoro

N.º Asistentes: 30

Grupo Regular: Sicomoro Activo

Fechas de intervención: 10, 11, 16, 17, 18, 23, 24, 25 de Febrero 2022

Desarrollo de sesiones de actividad física con el grupo regular Sicomoro Activo del municipio de Melgar Tolima en la modalidad de rumba aeróbica; la sesión se desarrolla 3 veces por semana y participa la población en general de todos los ciclos vitales. Esta actividad cumple con los protocolos para protección de la comunidad de acuerdo a la Resolución 1513 del 1 de septiembre de 2020 "Por medio de la cual se adopta el protocolo de bioseguridad para el manejo y control del riesgo del coronavirus COVID-19, en el espacio público por parte de las personas, familias y comunidades."



Municipio: Melgar Tolima

Lugar: Barrio las Vegas

N.º Asistentes: 30

Grupo: No Regular

Fechas de intervención: 10, 15, 16, 17, 22, 26, 24 de febrero 2022

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 17 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03



ASESORIA A INSTITUCIONES

Municipio: Melgar Tolima

Lugar: Colegio Sumapaz

N.º Asistentes: 45

Fecha: 9-02-2022



Total, Población Impactada Grupos Regulares: 90

Total, Población Impactada Grupos No Regulares: 0

Total, Población Impactada Eventos: 45

TOTAL, GENERAL: 135

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

lbagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 18 de 18	CÓDIGO: GEC-R-03

RESPONSABLE DEL INFORME	LUIS ENRIQUE CALDERÓN
EMAIL	LECALDERON123@HOTMAIL.COM
PERIODO DEL INFORME	FEBRERO 2022

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Municipio: Líbano Tolima
Vereda o Comuna: Zona Urbana
Lugar: Coliseo Villa Olímpica y Parque Infantil
N.º Asistentes: 34 y 56 Respectivamente
Liga: Programa HEVS TOLIMA SALUDABLE



Grupo Regular Mañanas Saludables



Grupo Regular Norte Activo

Grupos Regulares: 90
TOTAL, GENERAL: 90

TOTAL, GENERAL DEL IMPACTO HEVES EN EL MES DE FEBRERO
1.369

Firma Coordinador (metodólogo) o coordinador

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com