



BOLETÍN INFORMATIVO

# CIUDADES COMPASIVAS

COMUNIDADES QUE CUIDAN

Junio 2021  
ED 13

El **Programa Todos Contigo®** es un programa de innovación social que promueve la creación de comunidades y ciudades compasivas, implicando a las organizaciones y a la ciudadanía en el desarrollo y fortalecimiento de redes de cuidados y acompañamiento para las personas con enfermedad avanzada y/o al final de la vida y sus familias.

Nos complace darle la bienvenida a las nuevas instituciones que llegan a la red de Bogotá Contigo, con el auténtico interés de sumar esfuerzos para fortalecer las redes de cuidado comunitario a lo largo y ancho de la ciudad. Se suman estos dos centros: **Aliviamos SAS**, una compañía que ofrece servicios de enfermería, terapias y medicina, a domicilio y para empresas y la **Fundación No Más Ciudadano Habitante de Calle**, que trabaja en pro de la comunidad y de los ciudadanos habitantes de calle que necesitan una mano hermana, sin discriminación alguna.

**¡Seguiremos trabajando en pro del fortalecimiento de las redes de cuidado en nuestras ciudades!**

**CADA DÍA  
SOMOS MÁS**



**Aliviamos**  
Atención & Cuidado a Domicilio  
[www.aliviamos.com](http://www.aliviamos.com)

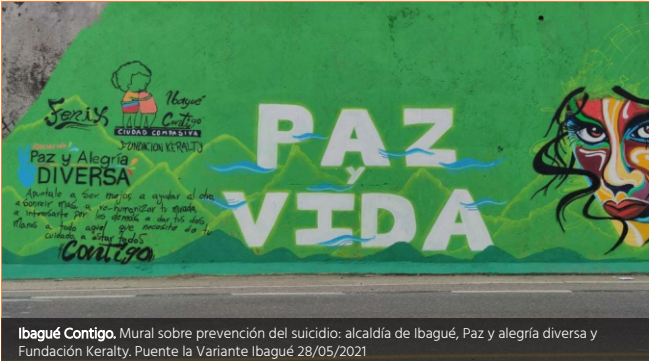
## REDES DE CUIDADO

Las redes de cuidado siguen creciendo por nuestro país, nos emociona contar en esta entrega de nuestro boletín que la ciudad de Villavicencio entra a formar parte de Colombia Contigo. Estamos seguros de que "La puerta del Llano" será también la puerta de entrada del cuidado compasivo para toda la región. Bienvenida Villavicencio Contigo, Ciudad Compasiva. Trabajaremos con la comunidad para contribuir al fortalecimiento del capital social de la ciudad generando espacios de diálogo intersectorial que integren, visibilicen y permitan a los ciudadanos, ganar conciencia acerca de los recursos propios del territorio.



Próximamente estaremos compartiendo con ustedes cuáles son las dos ciudades que antes de finalizar el año, se sumarán para ampliar nuestra red.

# COMPASIÓN EN ACCIÓN



## CUIDADO EN PALABRAS

“La adaptación al proceso de cuidado de las personas mayores no es tarea fácil, por lo cual se requiere de cuidadores comprometidos, que participen con valores, vocación y mucho amor al trabajo que realizan, permitiendo con ello un envejecimiento digno, junto con un cuidado y autocuidado responsables”

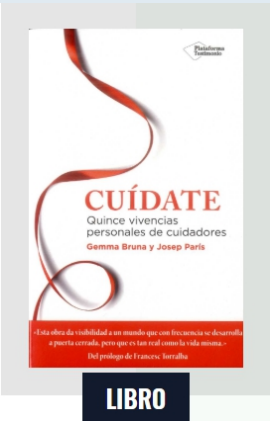
**Ingrid Johanna Sánchez - Psicóloga y Cuidadora de personas mayores, Voluntaria experta de la red Colombia Contigo, Ciudades Compasivas**

## INSPIRANDO

“La escucha compasiva es ayudar al otro a sufrir menos, si nos damos cuenta de que los otros son lo mismo que nosotros, ya no estamos más enfadados con ellos”

**Thich Nhat Hanh**

## RECOMENDADO DEL MES



### CUÍDATE: QUINCE VIVENCIAS PERSONALES DE CUIDADORES

A través de este interesante libro Gemma y Josep nos acercan a la historia de 15 seres humanos que por diversas razones y movimientos de la vida se encontraron ejerciendo de cuidadores de personas allegadas, sus historias nos llevan a la reflexión y a la necesaria conclusión de que la vida gira alrededor del cuidado y los vínculos.

**Bruna Gemma - Josep Paris**