

BOLETÍN INFORMATIVO CIUDADES COMPASIVAS COMUNIDADES QUE CUIDAN

JUNIO 2023

El programa Colombia Contigo, Ciudades Compasivas, quiere ayudar a mejorar las relaciones y la colaboración entre las personas en nuestro país. Esto se logra al crear oportunidades para que diferentes grupos puedan hablar juntos y aprender más sobre sus comunidades y recursos. De esta manera, se busca satisfacer las necesidades de aquellos que necesitan cuidado y apoyo en momentos difíciles, a través de las redes de personas que los rodean

¡CADA DÍA SOMOS MÁS!

Nos complace dar la bienvenida a tres nuevas instituciones que se unen a la red del programa Colombia Contigo. Estas instituciones están comprometidas en trabajar de manera colaborativa para fortalecer el mensaje del cuidado compasivo en cada ciudad.

Bogotá







Fundación Música en los Templos Fundación Universitaria Unimonserrate

Institución Educativa Antonio Nariño

Villavicencio

REDES DE CUIDADO

Por medio de la red Ibagué Contigo Ciudad Compasiva se ha logrado la articulación entre los distintos centros para abordar necesidades socio comunitarias, es así cómo se inició el ciclo de conferencias con la Universidad Uniminuto, en donde todos los centros que trabajan salud mental pueden participar.

Desde la Universidad Corporación Unificada Nacional CUN se abrió la oferta de capacitación a todos los centros y sus usuarios que quieran fortalecer capacidades en distintos temas, apoyando también el trabajo comunitario de los líderes a través de la formación en comunicación asertiva, rehabilitación.







COMPASIÓN EN ACCIÓN



Capacitación a líderes comunitarios en comunicación asertiva - Ibagué Contigo Ciudac Compasiva



Décimo encuentro intergeneracional de red del adulto mayor de Pasto, con la comunidad de cuidado Taita Kuna - Pasto Contigo Ciudad Compasiva



Avances con nuestra comunidad de Cuidado en el espacio de huerta comunitaria -/illavicencio Contigo Ciudad Compasiva



Sensibilización Masiva en torno a la desestigmatización de los problemas de salud mental y la aceptación de las emociones - Manizales Contigo Ciudad Compasiva



Café para un final, realizado en articulación con centro beneficiario Ips Cuidad Seguro en Casa - Cartagena Contigo Ciudad Compasiva.



Realizamos nuestro Café para un final acompañando a familias que estaban en proceso de duelo - Santa Marta Contigo Ciudad Compasiva.



Alegría en la huerta comunitaria de la Comunidad de cuidado del barrio El Triunfo, Bosa - Bogotá Contigo Ciudad Compasiva





BOLETÍN INFORMATIVO CIUDADES COMPASIVAS COMUNIDADES QUE CUIDAN

JUNIO 2023



CUIDADO EN PALABRAS

El cuidado implica cuidar nuestros vínculos, ver al otro con compasión, entenderlo y reconocerlo como igual, respetar sus diferencias como algo que puede enriquecernos.

Cuidar de otro debe sentirse como el privilegio de acompañar, sostener y aliviar el dolor de los demás

Elvira castro Viana IPS Cuidado Seguro en Casa S.A.



INSPIRANDO

Nuestra compasión humana nos une los unos a los otros, no por lástima, ni por condescendencia, sino como seres humanos que han aprendido a convertir nuestro sufrimiento común en esperanza para el futuro.

Nelson Mandela



RECOMENDADO DEL MES



Entrevista Paul Gilbert: Evolución, Cultura y Compasión

(Video disponible en **SouTube**)

En este video Paul Gilbert, destacado psicólogo clínico, nos comparte su visión sobre la mentalidad de "cuidar y compartir" versus "controlar y retener". También se analiza cómo estas estrategias impactan en la salud mental y se presentan formas de promover la compasión en ambientes competitivos para el bienestar común.







