



**PROCEDIMIENTO POR SU SALUD
MUÉVASE PUES – VIRTUAL-**

Código: P-AF-02

Versión: 02

**Aprobación:
05/10/2021**

Objetivo: Adaptar las estrategias del Programa “Por su salud, muévase pues” de forma virtual, teniendo en cuenta las contingencias de salud como el COVID-19, dificultades ambientales, derrumbes en las vías o problemas de seguridad en los municipios que impidan realizar la visita presencial.

Contenido Procedimiento Virtual

#	ACTIVIDADES (QUE)	DESCRIPCIÓN (COMO)	RESPONSABLE (QUIEN)	RESULTADO
1	TRANSMISIONES FACEBOOK LIVE	<p>Clases de 50 minutos en las que se realizan sesiones de ejercicios físicos con las personas, se rotan entre clases musicalizadas y de musculación.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Contacto con la oficina asesora de comunicaciones2. Asignación de horario3. Asignación de promotor para la transmisión4. Prueba de sonido y transmisión: tipo de cámara, sonido, espacio y metodología.5. Frecuencia de tres veces por semana6. Primera medición: se evalúa.	Programa “Por su salud, muévase pues”	Impactar a todos los habitantes del departamento de Antioquia
2	EJERCICIO FÍSICO PROGRAMADO	<p>Se realiza una planeación completa de sesiones de actividad física integrando las 9 subregiones del departamento con el objetivo de generar adherencia y promover hábitos y estilos de vida saludables. La programación de las clases se mantiene 3 veces por semana y cada 15 días se hace un conversatorio con un experto en temas de interés.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Planeación de la intervención por parte del equipo de promotores2. Mesociclo de periodización para las sesiones a intervenir3. Definición de la programación4. Designación de promotores responsables para selección y acompañamiento a los municipios (uno	Programa “Por su salud, muévase pues”	Impactar a todos los habitantes del departamento de Antioquia

		<p>para clases musicalizadas y uno para clases de fuerza y bicicleta bajo techo)</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Selección de municipios 6. Pruebas de sonido e imagen 7. Asesoría a los municipios sobre el manejo de la transmisión 8. Frecuencia de tres veces por semana 9. Evaluación de la actividad. 		
3	ESTRATEGIAS MUÉVETE ESTUDIANTE Y MAESTRO SALUDABLE	<p>Son estrategias de acompañamiento con dos grupos especiales, maestros y estudiantes. Estudiantes con una clase de actividad física. Maestro saludable se definen tres momentos: el primer y segundo momento son charlas con temas específicos (según la necesidad de la población) y el tercer momento se realiza una clase (Rumba- fuerza o combinada según la necesidad de la población) con alguno de los promotores del programa.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Designación de un líder responsable de las iniciativas. 2. Difusión de iniciativa con los municipios por parte de los promotores subregionales 3. Carta de solicitud para realizar el evento en la Institución Educativa al Correo: porsusalud@indeportesantioquia.gov.co 4. Aprobación por parte del Programa “Por su salud, muévase pues” 5. En maestro saludable enlace con la oficina de apoyo de la entidad para definir las fechas disponibles de los profesionales que acompañan el proceso 6. Realización de cronograma de intervenciones 	Programa “Por su salud, muévase pues”	<p>Impactar los maestros y estudiantes de 2 Instituciones educativas por subregión del departamento de Antioquia.</p>



**PROCEDIMIENTO POR SU SALUD
MUÉVASE PUES – VIRTUAL-**

Código: P-AF-02

Versión: 02

**Aprobación:
05/10/2021**

		<ol style="list-style-type: none"> 7. Designación de promotores responsables de la actividad según el grupo de interés 8. Primera reunión con el enlace de la Institución Educativa para explicación de la metodología según la propuesta y definición de plataforma de la intervención. 9. Envío del banner 10. Realización de las actividades según corresponda. 11. Despedida y evaluación 12. Sistematización de información. 		
4	ENCUENTRO DEPARTAMENTAL DE COORDINADORES DE ACTIVIDAD FÍSICA	<p>Encuentros virtuales con los coordinadores de actividad física del departamento donde se tratan temas de importancia para el quehacer diario.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Reunión del equipo del programa, en esta se define duración del encuentro, plataforma, metodología, temas, ponentes etc. 2. Invitación al gerente y subgerente para la apertura del evento 3. Contacto con los ponentes 4. Asesoría de los ponentes con la plataforma definida 5. Desarrollo de enlace para inscripción 6. Envío de enlace a los coordinadores 7. Diseño de trivias virtuales 8. Delegación de asistencia técnica y moderación en cada charla 9. Listados de asistencia 10. Evaluación del encuentro 	Programa “Por su salud, muévase pues”	Impactar los 125 municipios de Antioquia.



**PROCEDIMIENTO POR SU SALUD
MUÉVASE PUES – VIRTUAL-**

Código: P-AF-02

Versión: 02

**Aprobación:
05/10/2021**

		11. Sistematización de la información		
5	ENCUENTRO DEPARTAMENTAL DE RUMBA	<p>Encuentro virtual con los profesores de clases musicalizadas que permiten unificar los conocimientos y hacer retroalimentaciones de los procesos municipales</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Presentación de la propuesta del encuentro por parte del Promotor de Rumba 2. Selección de las temáticas del encuentro 3. Selección de los profesionales talleristas 4. Definición de la plataforma 5. Diseño de parrilla de programación 6. Diseño de links de inscripción 7. Revisión con el operador logístico, definición del número de salas y el apoyo para cada sala virtual. 8. Pruebas de sonido e imagen 9. Capacitación del manejo de la plataforma con el personal de apoyo 10. Capacitación de manejo de plataforma a los profesores capacitadores 11. Prueba de sonido e imagen de cada sala 12. Link de asistencias y verificación 13. Evaluación 14. Sistematización de la información 	Programa “Por su salud, muévase pues”	Impactar 250 profesores del departamento de Antioquia
6	CARRERA DE LA FAMILIA	<p>Espacio para el disfrute en familia, caminando o trotando.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Programación de la carrera 2. Distribución de los recursos 	Programa “Por su salud, muévase pues”	Impactar 1500 personas del departamento



**PROCEDIMIENTO POR SU SALUD
MUÉVASE PUES – VIRTUAL-**

Código: P-AF-02

Versión: 02

**Aprobación:
05/10/2021**

		<ol style="list-style-type: none">3. Contratación de la liga de Atletismo para el desarrollo de la carrera.4. Definición de categorías, distancia de la carrera y caminata.5. Selección de la plataforma6. Inscripciones7. Desarrollo del evento8. Envío de evidencias de participación por parte de cada participante9. Revisión de evidencias por parte del operador10. Envío de camisetas a los participantes de los municipios11. Sistematización de la información		
7	OLA DEL MOVIMIENTO ESTUDIANTIL	<p>Espacio para los estudiantes del departamento, donde pueden mostrar sus habilidades a través de varias puestas en escena</p> <ol style="list-style-type: none">1. Definición de propuesta por parte del equipo y reglamento del concurso2. Definición de plataforma3. Definición de fechas de envío de videos por parte de los participantes4. Verificación del cumplimiento del reglamento de cada video5. Subir videos a la plataforma de YOUTUBE de INDEPORTES ANTIOQUIA por parte del equipo de apoyo6. Revisar las votaciones por video7. Filtrar los ganadores	Programa “Por su salud, muévase pues”	Impactar las Instituciones Educativas del departamento de Antioquia.



**PROCEDIMIENTO POR SU SALUD
MUÉVASE PUES – VIRTUAL-**

Código: P-AF-02

Versión: 02

**Aprobación:
05/10/2021**

		<ol style="list-style-type: none"> 8. Actualizar y confirmar la base de datos de los ganadores incluyendo las instituciones educativas 9. Envío de premiación a los municipios 10. Sistematización de información. 		
8	POR SU SALUD BÁILELO PUES	<p>Espacio virtual donde los diferentes grupos del departamento pueden mostrar sus habilidades coordinativas, trabajo en equipo, creatividad por medio de coreografías.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Presentación de la propuesta por parte del promotor departamental de Rumba 2. Selección de plataforma 3. Definición del reglamento y categorías 4. Realizar convocatoria 5. Realizar inscripción 6. Reunión departamental por Teams para la explicación del evento 7. Selección de jurados 8. Selección de videos finalistas 9. Realizar elaboración de la parrilla para la programación de la final 10. Definir plataforma de transmisión de la final 11. Definir logística de la final 12. Realizar enlace para la final para la premiación de los ganadores. 13. Entrega la premiación a los municipios ganadores. 14. Envío de información de puntajes 	Programa “Por su salud, muévase pues”	Reunir 55 grupos del departamento en diferentes categorías

		15. Sistematizar la información		
9	ASESORÍA MUNICIPAL VIRTUAL	<p>Acompañamiento institucional a los municipios por medio de la plataforma Teams.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Distribución de los promotores en las Subregiones. 2. Actualización de la base de datos de coordinadores de deportes y coordinadores de actividad física de los 125 municipios. 3. Ingreso de los correos electrónicos a la plataforma Teams por medio de la oficina de sistemas. 4. Capacitación a los coordinadores del manejo de la plataforma Teams a cargo de los promotores de cada zona. 5. Encuentros Subregionales para la exposición del programa. 6. Diseño de link para sistematización de las asesorías por parte de la gerente de información 7. Reunión de análisis para la ficha de evaluación y el semáforo 8. Diseño de ficha de evaluación “Cuéntanos tu estrategia” o semáforo. 9. Capacitación a los promotores para la aplicación de la ficha 10. Diseño de cronogramas de asesorías para los promotores. 11. Solicitud de información a los municipios (según la lista de chequeo, y presentación power point) 12. Aplicación de la ficha 13. Consolidación de la información. 	Programa “Por su salud, muévase pues”	Asesorar los 125 municipios del departamento en actividad física y hábitos y estilos de vida saludables



**PROCEDIMIENTO POR SU SALUD
MUÉVASE PUES – VIRTUAL-**

Código: P-AF-02

Versión: 02

**Aprobación:
05/10/2021**

		14. Diligenciamiento de fichas municipales y subregionales		
		15. Entrega de fichas físicas a la líder del programa y digitales a la gerente de información con toda la documentación digital del programa.		
		16. Exposición de cada promotor.		

Control de cambios

Código	Fecha	Versión	Descripción del cambio
P-AF-02	05/03/2021	01	No aplica para esta versión
P-AF-02	05/10/2021	02	Se actualiza el procedimiento de acuerdo con la última Auditoría recibida