



**GOBERNACION DEL PUTUMAYO
INSTITUTO DE CULTURA, DEPORTES, LA EDUCACION
FISICA Y RECREACION DEL DEPARTAMENTO
DEL PUTUMAYO**



Contratación de **MONITORES PROFESIONALES** de hábitos y estilos de vida saludable.

LUGAR: MUNICIPIO DE SANTIAGO Y ORITO (Opcional municipio de Colon, Sibundoy, Puerto Asís.)

VALOR MENSUAL: 2.000.000

DURACION: 9 MESES

CONTRATO DE OPS

NUMERO DE MONITORES PROFESIONAL A CONTRATAR: 2

El perfil de los Monitores profesionales de hábitos y estilos de vida saludable entre los requisitos mínimos deben soportar lo siguiente:

- Título profesional o estar cursando último semestre comprobable de carrera profesional.
- Experiencia comprobada como mínimo de dos años en la orientación de actividad física dirigida musicalizada y manejo de simetría musical.
- Residencia obligatoria en el municipio donde realizará sus acciones.
- Certificación de Primer Respondiente o curso de Primeros Auxilios vigente.
- Conocimiento en evaluación de aptitud física, epidemiología básica aplicada a la actividad física tamizaje de prevalencia de actividad física, recomendaciones en alimentación saludable, espacios 100% libres de humo de tabaco.
- Conocimiento en manejo de tablas de datos, bases de datos, programas que permitan realizar presentaciones e informes, uso de tecnologías de la información y comunicación y de redes sociales digitales.

El monitor profesional debe tener dentro de sus obligaciones contractuales como mínimo las siguientes funciones:

- Conformar como mínimo 5 grupos regulares de actividad física (intervenidos tres veces por semana cada grupo en sesiones de una hora con un mínimo de 35 personas cada uno) impactando todo el ciclo vital, en los ámbitos comunitario y salud. Los grupos regulares conformados deben tener predominio en ámbito comunitario.
- Conformar como mínimo un grupo de actividad física no regular (por lo menos una sesión semanal de una hora, con un mínimo de 35 personas) perteneciente al ámbito comunitario o de salud.
- Reportar periódicamente en el Sistema Nacional de Monitoreo implementado por Coldeportes cada grupo regular, los grupos no regulares, y demás información que sea solicitada por el Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable.
- Orientar la actividad física musicalizada en todos los grupos poblacionales buscando el desarrollo armónico de las cualidades físicas (fuerza, flexibilidad, resistencia cardiovascular, coordinación, equilibrio, etc) según el tipo de población a impactar.



**GOBERNACION DEL PUTUMAYO
INSTITUTO DE CULTURA, DEPORTES, LA EDUCACION
FISICA Y RECREACION DEL DEPARTAMENTO
DEL PUTUMAYO**



- Diseñar sesiones teniendo en cuenta poblaciones con patologías (personas con enfermedades crónicas no transmisibles como hipertensión arterial, diabetes, osteoartritis, osteoporosis entre otros).
- Innovar en la oferta de actividades que se propongan para la comunidad teniendo en cuenta los diferentes grupos poblacionales, las dinámicas y horarios para el aprovechamiento del tiempo libre y adecuadas al contexto del municipio donde se desarrollen, permitiendo una mayor adherencia a la actividad física.
- Remitir al Gestor de Hábitos y Estilos de Vida Saludable un cronograma semanal de actividades en el formato establecido por Coldeportes.
- Entregar el modelo lógico municipal actualizado.
- Diseñar material informativo, educativo y comunicativo para la promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable.
- Asesorar instituciones u organizaciones de acuerdo a los parámetros establecidos en la ruta metodológica y enviar este reporte en el formato establecido por Coldeportes garantizando que se intervenga por lo menos el 80% de total de la población de la institución u organización. El número de instituciones u organizaciones asesoradas debe ser por lo menos dos veces el número de meses ejecutados.
- Organizar un evento masivo mensual donde se evidencie la articulación con otras instituciones y que busque la participación de todos los grupos poblacionales.
- Organizar la celebración del Día Mundial de la Actividad Física en el mes de abril.
- Organizar la celebración de la Caminata Los 5k por la Salud en el marco de la Semana de Hábitos de Vida Saludable.
- Articular a nivel municipal el trabajo intersectorial para la promoción de los Hábitos y Estilos de Vida Saludable y evidenciar estas acciones a través del formato establecido por Coldeportes de forma mensual.
- Apoyar iniciativas para la promoción, implementación y fortalecimiento de las Vías Activas y Saludables.
- Utilizar adecuadamente diferentes medios que permitan el uso de tecnologías de la información y redes sociales digitales con el propósito de promover Hábitos y Estilos de Vida Saludable.
- Asistir a las actividades convocadas por el Grupo Interno de Actividad Física de Coldeportes.
- Asistir a las reuniones periódicas que tenga establecido el Gestor en su cronograma de capacitación y seguimiento a las acciones del programa.
- Presentar informes de acuerdo a los requerimientos del programa.



**GOBERNACION DEL PUTUMAYO
INSTITUTO DE CULTURA, DEPORTES, LA EDUCACION
FISICA Y RECREACION DEL DEPARTAMENTO
DEL PUTUMAYO**



Contratación de **MONITORES NO PROFESIONALES** de hábitos y estilos de vida saludable.

LUGAR: MUNICIPIO DE COLON, SIBUNDOY, MOCOA, VILLAGARZÓN, PUERTO CAICEDO, PUERTO ASIS, VALLE DEL GUAMUEZ Y SAN MIGUEL (Opcional municipio de Santiago y Orito.)

VALOR MENSUAL: 1.800.000

DURACION: 9 MESES

CONTRATO DE OPS

NUMERO DE MONITORES PROFESIONAL A CONTRATAR: 8

El perfil de los monitores no profesionales de hábitos y estilos de vida saludable entre los requisitos mínimos deben soportar lo siguiente:

- Experiencia laboral comprobable en el área específica de la actividad física dirigida musicalizada y manejo de simetría musical que evidencien como mínimo 4 años en este campo y cursos de HEVS posteriores al 2012.
- Residencia obligatoria en el municipio donde realizara sus acciones.
- Certificación de Primer Respondiente o curso de Primeros Auxilios vigente.
- Conocimiento en evaluación de aptitud física, epidemiología básica aplicada a la actividad física, tamizaje de prevalencia de actividad física, recomendaciones en alimentación saludable, espacios 100% libres de humo de tabaco.
- Conocimiento en manejo de tablas de datos, bases de datos, programas que permitan realizar presentaciones e informes, uso de tecnologías de la información y comunicación y de redes sociales digitales

El monitor no profesional debe tener dentro de sus obligaciones contractuales como mínimo las siguientes funciones:

- Conformar como mínimo 6 grupos regulares de actividad física (intervenidos tres veces por semana cada grupo en sesiones de una hora con un mínimo de 35 personas cada uno) impactando de una manera equitativa todo el ciclo vital, en los ámbitos comunitario y salud. Los grupos regulares conformados deben tener predominio en ámbito comunitario.
- Conformar como mínimo un grupo de actividad física no regular (por lo menos una sesión semanal de una hora, con un mínimo de 35 personas) perteneciente al ámbito comunitario o de salud.
- Reportar periódicamente en el Sistema Nacional de Monitoreo implementado por Coldeportes cada grupo regular, los grupos no regulares y demás información que sea solicitada por el Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable.



**GOBERNACION DEL PUTUMAYO
INSTITUTO DE CULTURA, DEPORTES, LA EDUCACION
FISICA Y RECREACION DEL DEPARTAMENTO
DEL PUTUMAYO**



- Orientar la actividad física musicalizada en todos los grupos poblacionales buscando el desarrollo armónico de las cualidades físicas (fuerza, flexibilidad, resistencia cardiovascular, coordinación, equilibrio, etc) según el tipo de población a impactar.
- Diseñar sesiones teniendo en cuenta poblaciones con patologías (personas con enfermedades crónicas no transmisibles como hipertensión arterial, diabetes, osteoartritis, osteoporosis entre otros).
- Innovar en la oferta de actividades que se propongan para la comunidad teniendo en cuenta los diferentes grupos poblacionales, las dinámicas y horarios para el aprovechamiento del tiempo libre y adecuadas al contexto del municipio donde se desarrollen, permitiendo una mayor adherencia a la actividad física.
- Remitir al Gestor de Hábitos y Estilos de Vida Saludable un cronograma semanal de actividades en el formato establecido por Coldeportes.
- Entregar el modelo lógico municipal actualizado.
- Organizar un evento masivo mensual donde se evidencie la articulación con otras instituciones y que busque la participación de todos los grupos poblacionales.
- Organizar la celebración del Día Mundial de la Actividad Física en el mes de abril.
- Organizar la celebración de la Caminata Los 5k por la Salud en el marco de la Semana de hábitos de vida saludable.
- Apoyar a nivel municipal el trabajo intersectorial para la promoción de los Hábitos y Estilos de Vida Saludable y evidenciar estas acciones a través del formato establecido por Coldeportes de forma mensual.
- Apoyar iniciativas para la promoción, implementación y fortalecimiento de las Vías Activas y Saludables.
- Utilizar adecuadamente diferentes medios que permitan el uso de tecnologías de la información y redes sociales digitales con el propósito de promover Hábitos y Estilos de Vida Saludable.
- Asistir a las actividades convocadas por el Grupo Interno de Actividad Física de Coldeportes.
- Asistir a las reuniones periódicas que tenga establecido el Gestor en su cronograma de capacitación y seguimiento a las acciones del programa.
- Presentar informes de acuerdo a los requerimientos del programa.