	ACTA DE SESIÓN DE ASODEUS	GEU-F-03 Act.08 2022.sep.23
---	----------------------------------	-----------------------------------

**ACTA DE REUNIÓN DE LA ASOCIACIÓN DE USUARIOS, ASODEUS DE
COOSALUD EPS
DEPARTAMENTO DE CORDOBA
MUNICIPIO DE TIERRALTA**

FECHA : 24 DE FEBRERO DE 2023
LUGAR : OFICINA DE COOSALUD EPS
HORA : 5:00 P.M.
PARTICIPANTE : 12 personas (Se anexa firma de los asistentes).
OBJETIVO : Reunión ordinaria de la Asociación de Usuarios.

Agenda programada para el día:

1. Bienvenida
2. Exposición de los temas preparados para el día:
 - A. Capacitación: (describa el nombre y objetivo de la capacitación)
Se realiza capacitación del tema prácticas de cuidados colectivos en tiempo del coronavirus con el objetivo de conocer más acerca de este tema
 - B. Actualización Normativa: (describa el tema)
 - C. Información general: (describa el tema)
3. Evaluación de la sesión
4. Apertura del Buzón de sugerencias
5. Programación de la próxima reunión

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

1. MARY ESTHER ESPAÑA DURANGO colaborador de COOSALUD EPS, da la bienvenida a los participantes, agradece por la asistencia a la reunión y da a conocer el objetivo de esta. Además, destaca el compromiso para con la institución al pertenecer a la Asociación de Usuarios de COOSALUD EPS en el municipio de TIERRALTA.

2. Se exponen los temas preparados para el día a cargo de MARY ESTHER ESPAÑA DURANGO, colaborador de Coosalud EPS.

3.1.TEMAS DEL MES. NOMBRAR LOS TEMAS DEL MES.

PRACTICAS DE CUIDADOS COLECTIVOS EN TIEMPO DELCORNAVIRUS

3.2.EXPLICACIÓN DE LOS TEMAS DEL MES

PRACTICAS DE CUIDADOS COLECTIVOS EN TIEMPO DELCORNAVIRUS

En tiempos de emergencia por el coronavirus (COVID-19), tenemos que lidiar con el caos, que pone a prueba la capacidad de relacionarnos entre nosotras. Momentos como estos pueden resaltar nuestras debilidades y diferencias, pero también se pueden potencializar las relaciones para el bien común y las reflexiones que fortalecen nuestros ideales de activismo.

Durante el tiempo que he estado trabajando con el tema del CUIDADO, me fue posible observar que este concepto es percibido por activistas desde diferentes dimensiones y perspectivas. Por esa razón, ahora les invito a reflexionar sobre lo que puede significar el CUIDADO colectivo en el ámbito de los movimientos feministas, que a menudo, está relacionado con la calidad de las relaciones interpersonales cultivadas tanto en sus propios movimientos, como en otros.

Aunque hagamos parte de un grupo con un sólo propósito y tengamos intereses en común, somos únicas, con características personales y singulares, cada una con sus vivencias; lo que hace que nuestras posiciones políticas también sean distintas, ya sea porque somos negras y la experiencia del racismo nos afecta en mayor medida a nosotros, o porque tenemos el privilegio social de haber nacido blancas.

La relación interpersonal es la forma en que nos relacionamos con compañeros de activismos, y a este respecto, es importante recordar que estamos hablando del lugar en el que estamos porque tenemos los mismos ideales. Mantener una buena relación entre compañeros es fundamental para la calidad de aquello por lo que nos proponemos a luchar y transformar.

¿Qué es el autocuidado colectivo?

El autocuidado forma parte de la vida cotidiana. Son los actos diarios que realizamos para cuidar de nuestra propia salud, bienestar y necesidades sociales y psicológicas. El cuidado colectivo es cuando las personas de un grupo se ocupan del bienestar de los demás.

¿Qué medidas debo aplicar para fomentar el cuidado personal y colectivo?

Ayudar a los demás: fomentar la ayuda entre todos los miembros del hogar cuando las necesidades de alguno de los miembros así lo requieran. Utilizar los instrumentos propios del aseo personal: aprender el uso adecuado de los instrumentos. Comer sanamente: Desarrollo de hábitos alimenticios adecuados.

¿Cuáles son los hábitos de higiene personal y colectiva?

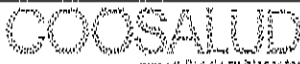
Higiene personal

- Lavarte las manos con agua y jabón antes de comer y de preparar alimentos y después de ir al baño.
- Bañarte diariamente.
- Lavarte los dientes.
- Mantener cortas y limpias tus uñas.
- Usar cubrebocas.
- Utilizar el estornudo de etiqueta, si estornudas o toses

¿Qué es cuidar de sí mismo y de los demás?

El término “cuidado de sí mismo” se refiere a acciones y actitudes que usamos para contribuir de manera consciente al mantenimiento de nuestro bienestar general y salud personal.

¿Cómo mantener la salud colectiva?

	ACTA DE SESIÓN DE ASODEUS	GEU-F-03 Act.08 2022.sep.23
---	----------------------------------	-----------------------------------

Recuerda: la salud colectiva es parte de tu responsabilidad. Ayuda tus compañeros y compañeras a mantener las normas de higiene común. El acceso a los lavabos está limitado para evitar aglomeraciones. Espera tu turno con la distancia interpersonal adecuada y efectúa una higiene de manos antes y después.

3. Se procede a evaluar la sesión. Se anexan copias.
4. Se abre el buzón de sugerencias y se elabora el acta.
5. Se plantea como fecha tentativa para la próxima reunión, el día 24 del mes MARZO del año 2023 a las 05:00 p.m. en la oficina de COOSALUD EPS.

Para constancia firman,

NOMBRE	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	FIRMA
HEROTIDA SOTELO	26229627	VOCAL	<i>Herotida Sotelo</i>
MARIA MESA	1073980874	VOCAL	<i>MARIA MESA</i>
MARELBIS CARDENAS	26226479	SECRETARIA	<i>Maribel Contreras</i>
BLADIMIR AYALA	78717084	PRESIDENTE	<i>Bladimir Ayala</i>
LEDYS SERPA	26229856	VICEPRESIDENTE	<i>Lidy Serpa</i>