

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

FECHA : 24 DE FEBRERO DE 2023
LUGAR : OFICINA DE COOSALUD EPS
HORA : 4:00 P.M.
PARTICIPANTES : 5 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. YANETH GALVIS MARTINEZ 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 VALENCIA.
2. Se exponen los temas preparados para el día a cargo de YANETH GALVIS MARTINEZ, colaborador de Coosalud EPS.
 - 3.1. TEMAS DEL MES. NOMBRAR LOS TEMAS DEL MES.

PRACTICAS DE CUIDADOS COLECTIVOS EN TIEMPO DE CORONAVIRUS

- 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 solo 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 de 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 cubre bocas.
- Utilizar el estornudo de etiqueta, si estornudas o toses.

