

## CIRCULAR No. 28

FECHA: 19 DE OCTUBRE DE 2020  
 DE: DIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA – SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO  
 PARA: DIRECTIVOS, TRABAJADORES OFICIALES Y CONTRATISTAS DE ADELI.  
 ASUNTO: SEMANA DE LA SALUD VIRTUAL 2020 PARA LOS EMPLEADOS, CONTRATISTAS Y DIRECTIVOS DE LA AGENCIA DE DESARROLLO LOCAL DE ITAGÜÍ - ADELI

El Área de Seguridad y Salud en el trabajo invita a todos los empleados públicos y trabajadores oficiales de ADELI, además de sus contratistas directos, a la semana de la salud virtual 2020, que se llevará a cabo del 19 al 23 de octubre de 2020.

El objetivo de esta semana es realizar actividades de promoción y prevención enfocadas en la atención auditiva, visual, ergonómica y psicosocial en el marco de la emergencia sanitaria COVID-19, con el fin de prevenir, mantener y mejorar las condiciones de salud física, mental y el ambiente laboral de los funcionarios.

En este sentido, se articuló con el Municipio de Itagüí para participar en una agenda con las siguientes temáticas:

### Lunes 19 de octubre

ACTIVIDAD	HORA	LUGAR
Inaguración Con la participación del Alcalde Municipal Sr. Jose Fernando Escobar Estrada	7:00 am a 9:00 am	Video conferencia.
Conservación Auditiva. ARL SURA	10:00 am a 11:00 am	Video conferencia.
Manejo de las emociones en tiempo de incertidumbre Funeraria Gómez	1:00 pm a 2:00 pm	Video conferencia.
Enfermedades Previsibles COVID-19. Emermedica.	2:00 pm a 3:00 pm	Video conferencia.
Taller de Moda Cómoda. Verse y sentirse bien en teletrabajo.	4:00 pm. a 5:00 pm	Video conferencia.

### Martes 20 de octubre.

ACTIVIDAD	HORA	LUGAR
Manejo del estrés. ARL SURA	7:00 am a 8:00 am	Video conferencia.
Salud visual ARL SURA	9:00 am a 10:00 am	Video conferencia.
Alimentación Sana y Consciente	11:00 am a 12:00 pm	Video conferencia.
Estrés laboral en casa. Axa Colpatría.	1:00 pm a 2:00 pm	Video conferencia.

**Miercoles 21 de octubre.**

ACTIVIDAD	HORA	LUGAR
Prevención de abuso de sustancias psicoactivas Secretaría de Familia	8:00 am a 9:00 am	Video conferencia.
Cuidado de la Piel Mary Kay	8:00 am a 9:00 am	Video conferencia.
Charla sustancias psicoactivas. ARL SURA	9:00 am a 10:00 am	Video conferencia.
Manejo del tiempo libre y trabajo en casa.	11:00 am a 12:00 pm	Video conferencia.
Prevención de enfermedades cardiovasculares. Emermedica.	2:00 pm a 3:00 pm	Video conferencia.
Taller de Automasaje Instituto de Recreación Cultura y Deportes	3:00 pm a 4:00 pm	Video conferencia.

**Jueves 22 de octubre.**

Actividad	Hora	LUGAR
Whatsappitis Instituto de Recreación Cultura y Deportes	8:00 am a 9:00 pm	Video conferencia.
Simulacro	9:00 am a 12:00 pm	Video conferencia.
Ergonomía trabajo en casa. ARL SURA	1:30 pm a 3:00 pm "grupo 1" " Teórico-práctico"	Video conferencia.
Ergonomía trabajo en casa. ARL SURA	3:30 pm a 5:00 pm "grupo 2" " Teórico-práctico"	Video conferencia.
Taller de Moda Cómoda. Verse y sentirse bien en teletrabajo.	4:00 pm. a 5:00 pm	Video conferencia.

**Viernes 23 de octubre.**

Actividad	Hora	Lugar
Prevención diabetes. Emermedica	10:00 am a 11:00 am	Video conferencia.
Higiene del sueño y fatiga.	1:00 pm a 2:00 pm	Video conferencia.
Importancia de la actividad Física. Instituto de Recreación Cultura y Deportes - CORSALDEP	2:00 pm a 3:00 pm	Video conferencia.
Bailo- Terapia Instituto de Recreación Cultura y Deportes	3:00 pm a 4:00 pm	Video conferencia.

**INSTRUCCIONES**

Las personas que quieran participar en cualquiera de las actividades deben realizar su registro en el siguiente link <https://forms.gle/LgaE2UjCR6qqzsh76> llenar sus datos personales y seleccionar máximo cinco actividades.

Para las siguientes actividades se deberá realizar un proceso de inscripción diferente:

ADELI · Empresa Industrial y Comercial del Estado  
 Carrera 51 Nº 51 · 55, Edificio Concejo Municipal de Itagüí, Piso 9  
 Municipio de Itagüí  
 Correo. [contactenos@adeli.gov.co](mailto:contactenos@adeli.gov.co)  
 Teléfono. 373 76 76 Ext. 1422  
 Nit. 900590434 · 8  
[www.adeli.gov.co](http://www.adeli.gov.co)





1. Taller de Moda Cómoda. Verse y sentirse bien en el trabajo
2. Alimentación sana y Consciente
3. Manejo del tiempo libre y trabajo en casa
4. Taller de Auto masaje

Los servidores públicos interesados en participar en estas actividades deben enviar un correo a [ana.mejia@itagui.gov.co](mailto:ana.mejia@itagui.gov.co) manifestando su interés de participar en el taller, relacionando además los siguientes datos: nombre completo, cédula, cargo, dependencia, Nro. De celular y correo personal. Una vez se inscriban se les enviará las respectivas indicaciones y se les enviará el link para ingresar a la conferencia.

Los servidores públicos que deseen participar en las actividades programadas para la semana de la salud virtual 2020, deberá informar al Área de Seguridad y Salud en el trabajo de ADELI, de su asistencia.

Si requiere más información se pueden comunicar a la extensión 1225 de la Oficina de Talento Humano del Municipio de Itagüí con Erika Vargas o Erica Bedoya Profesional de Salud Ocupacional de ADELI.

Atentamente;

**DIANA PATRICIA ARBOLEDA ISAZA**  
Directora Administrativa y Financiera

**ERICA VIVIANA BEDOYA**  
Seguridad y Salud en el Trabajo