

## INFORME JORNADA LÚDICA AMBIENTAL MUEVETE DIFERENTE UTILIZA LA BICI “ESE CARMEN EMILIA OSPINA”

En el marco de modelo de MIPG la ESE Carmen Emilia Ospina a través de la **resolución 307 del 09 de agosto del 2021** *“por el medio de la cual se promueve incentivar el buen uso de la bicicleta en ejercicio de las facultades legales , en especial conferidas en los artículos 1,5,17,18 de la ley 1811 del 2016”*.



Desde el área de Gestión Ambiental se lideró la jornada lúdica ambiental **MUEVETE DIFERENTE UTILIZA LA BICI** en la cual se otorgó incentivos por el uso de la bicicleta en la entidad, así mismo se llevó registro de las personas que se vincularon con un total de 71 personas entre ellas funcionarios y contratistas, esta actividad se realizó con el objetivo de poder implementar medidas adoptadas para promocionar el uso de la bicicleta como una alternativa de movilidad sostenible en la institución.



**Camila Andrea García Vivas**  
**Profesional Ambiental**



Usar la bicicleta tiene muchísimas ventajas para la salud y el medio ambiente, ya que no consume combustible, genera cero emisiones de Co2 a la atmosfera, mejora el tráfico y ahorra tiempo, Además equilibra la mente, reduce la posibilidad de enfermedades cardiovasculares, mejora la capacidad pulmonar, tonifica y fortalece los músculos.

**VENTAJAS DE USAR LA BICICLETA**

- ▶ Cero emisiones de CO2.
- ▶ No consume combustible.
- ▶ Cuida tu salud.
- ▶ Te hace feliz.
- ▶ Protege el medio ambiente.
- ▶ Ahorra tiempo.
- ▶ Mejora la economía.
- ▶ Mejora el tráfico.
- ▶ Reduce el colesterol malo.
- ▶ Equilibra tu mente.
- ▶ Reduce la posibilidad de enfermedades cardiovasculares.
- ▶ Contribuye a la quema de calorías y a la prevención de la obesidad.
- ▶ Mejora la capacidad pulmonar.
- ▶ Fortalece el sistema inmunológico.
- ▶ Tonifica y fortalece nuestros músculos.
- ▶ Aumenta la elasticidad muscular y articular.
- ▶ Aumenta el rendimiento cognitivo a corto plazo.
- ▶ Estimula la creatividad y la capacidad afectiva.









## INFORME JORNADA LÚDICA AMBIENTAL MUEVETE DIFERENTE UTILIZA LA BICI “ESE CARMEN EMILIA OSPINA”

También se desarrollaron diferentes actividades entre ellas aeróbicos, competencia de trabajo en equipo con pimpón y masajes; A través de esta jornada se promovieron hábitos de vida saludable y el uso de este medio de transporte como medio de movilidad sostenible.



En la organización de este evento se vincularon diferentes áreas de la institución tales como Talento Humano, Comunicaciones, Docencia y Servicios, Salud Ocupacional y almacén en donde cada una de ellas aportó con elementos y personal para el desarrollo de la actividad; así mismo se unieron empresas contratistas de bienes y servicios entre ellas están Famisanar, Incihuila, Krystal Klear Fumigaciones, Asistir y Recuperadora Ambiental.

