



14°

SIMPOSIO INTERNACIONAL DE
**CALIDAD Y SEGURIDAD
DEL PACIENTE**

Con vocación cuidamos mejor a nuestros pacientes

Experiencia de éxito,
bienestar de los
colaboradores para su
experiencia laboral.

María Victoria Bonilla García

María Victoria Bonilla García

Psicóloga Líder Bienestar. Clínica Imbanaco



- Psicóloga. Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- Especialista en psicología de la Salud Ocupacional. Universidad San Buenaventura Cali.
- Psicóloga Gestión Humana
- Actualmente Líder Bienestar

Identificación de Necesidades de nuestros Colaboradores

ATENCION DIRECTA AL
COLABORADOR

LA VOZ DEL
COLABORADOR

CONVERSEMOS CON
RAFAEL

RONDAS DE
LIDERAZGO

ENCUESTA DE CLIMA
ORGANIZACIONAL

ENCUESTA DE RIESGO
PSICOSOCIAL

ENCUESTA DE
SATISFACCION PAE
ANUAL



La **VOZ** del
COLABORADOR

Espacios de diálogo y escucha

Temática:
Bienestar y beneficios

Fecha: Lunes, 25 de septiembre.
Hora: 10:00 a.m. - 12:00 m.
Medio: Teams.

El link de conexión será enviado al correo de cada colaborador inscrito

[Inscríbete aquí](#)

Clínica Imbanaco
Vocación de Servicio

OBJETIVO

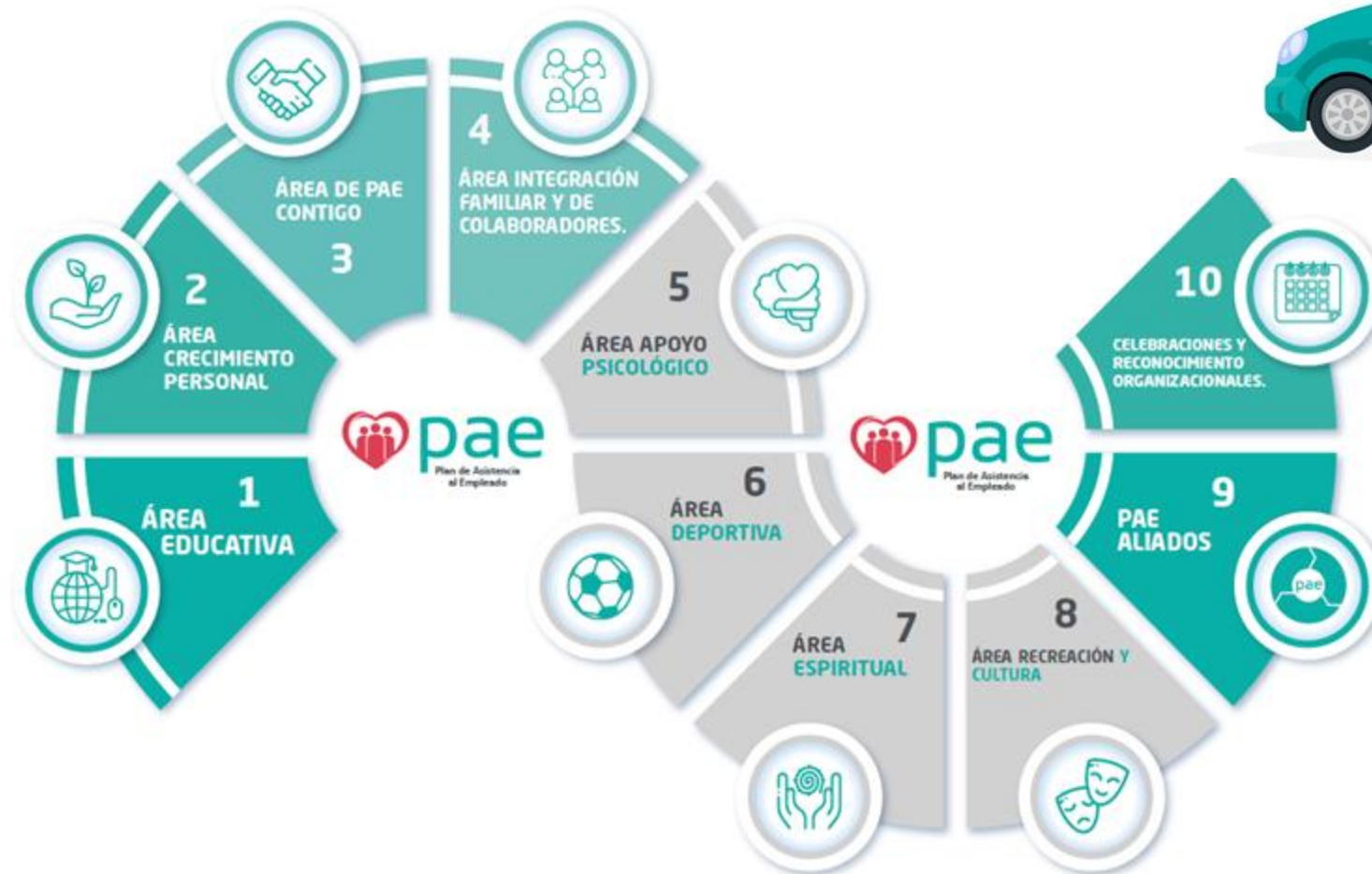
Promover la salud integral del colaborador y de su grupo familiar primario, a través de la participación en actividades asistenciales que contribuyan a su bienestar, como también a la resolución de situaciones emocionales, de relaciones, a aspectos físicos y financieros que puedan afectar el bienestar integral del colaborador.

Con el pae se espera también que el colaborador fortalezca habilidades y competencias organizacionales orientados a si mismo y en la atención persona a persona que se deriva desde la interactividad dentro de la organización, con sus pacientes y compañeros de trabajo.

La atención centrada en la persona, del bienestar de nuestros colaboradores.



ESTRUCTURA DEL PAE 2023



1. AREA EDUCATIVA

- Programas educativos para los hijos de los colaboradores
- Semilleos Imba (adolescentes 15 a 18 años)
- Semilleros Naco (preadolescentes 11 a 14 años)
- Club arte kids (4 a 10 años años)



2. AREA DE CRECIMIENTO PERSONAL

- Conferencias
- Talleres
- Capacitaciones

TEMAS

- Propósito de vida
- Bio-sanación
- Resiliencia
- Hábitos saludables
- Inteligencia Emocional
- Gestión del tiempo
- Marca Personal
- Heridas de la infancia



3. AREA DE PAE CONTIGO

- Vagón Brigada
- Vagón Antirrutina
- Vagón Sinergia

TEMAS

- Autocuidado y bienestar personal.
- Hábitos Saludable.
- Inteligencia emocional.
- Risoterapia y manejo de emociones y sentimientos.
- Comunicación y liderazgo.
- Cultura Organizacional.
- Conductas de riesgo psicosocial.
- Cuidado de la salud mental.
- Ambiente laboral participativo.



4. AREA DE INTEGRACION COLABORADORES Y FAMILIARES

- SABADOS EN FAMILIA
- FESTIVAL IMBAFAMILIAR
- FIESTA FAMILIAR NAVIDEÑA
- VACACIONES RECREATIVAS
- HALLOWEEN
- MARATON 5K Y 10K
- MARATON AERORUMBA
- CAMINATAS ECOLOGICAS Y TURISTICAS
- KARAOKE AL PAE
- CINE AL PAE
- TORNEO DE FÚTBOL MASCULINO Y FEMENINO
- AMOR Y AMISTAD
- CONCURSO DE BAILE
- DESAFIO DE GUERREROS
- VOLUNTARIADOS



5. AREA DE APOYO PSICOLOGICO

- Orientación psicosocial desde psicología clínica, ocupacional y terapia ocupacional

TEMAS

- Situaciones familiares
- Situaciones laborales
- Duelo
- Situaciones financieras
- Emocionales
- Pareja
- Crianza
- Académicas
- Otros

Testimonios

“Mi experiencia en el servicio de orientación psicológica, ha sido excelente, ya que me permitió reestablecer dos procesos: uno laboral y otro personal. Desde que llegué a consulta sentí mucha empatía, me escucharon y tuve una excelente receptividad a mis problemas, lo cual ayuda demasiado ya que era escéptico a consultar al psicólogo.

La profesional me permitió enfocar mis prioridades y tener una perspectiva diferente para buscar solución y motivación a seguir sin frustraciones. Es un servicio que cuenta con profesionales idóneos, muy ético y con imparcialidad en los procesos laborales basados en las políticas institucionales, permitiendo de manera inmediata ir solucionando mis dificultades. El apoyo permanente durante el proceso es genial, permite no desconectarte del proceso.

En la parte personal, también recibí una asesoría y evaluación muy profesional, junto con una claridad de conceptos que te ayudan a identificar, actuar y buscar apoyo para las dificultades personales que se presentaban. Estoy muy agradecido por este espacio, para salvaguardar nuestra paz mental. Desde que terminé mi proceso de orientación, mi trabajo y mi vida personal ha tenido un giro muy importante permitiendo que mi familia y yo tengamos un mejor bienestar y calidad de vida.

Gracias.
Anónimo

Datos de contacto

Extensión en psicología 16175
Celular del PAE 3158446667

Cindy Zuluaga
Psicóloga
cindy.zuluaga@quironsalud.com

Eduardo Bueno
Psicólogo
eduardo.bueno@quironsalud.com

“De nuestras vulnerabilidades vienen nuestras fortalezas” - Sigmund Freud



Apoyo
Psicológico
y Emocional

Clínica Imbanaco
Vocación de Servicio



Clínica Imbanaco
Vocación de Servicio



¿En qué consiste el apoyo psicológico?

En brindar un espacio de orientación psicológica en situaciones de tensión o malestar emocional, que pueden tener un efecto negativo en la salud física y emocional de nuestros colaboradores y sus familias.

¿Para quienes va dirigido el espacio de apoyo psicológico?

Está dirigido nuestros colaboradores y su núcleo familiar primario (padres, hermanos, hijos y cónyuge). Es gratuito y hace parte de los beneficios que ofrece el Plan de Asistencia al Empleado - PAE.

¿En qué situación se puede solicitar apoyo psicológico?

- Dificultades familiares.
- Conflictos de pareja.
- Dificultades en el ámbito laboral.
- Temas emocionales y/o personales.
- Dificultades asociadas al contexto escolar.
- Situaciones económicas que generen un malestar emocional.
- Alguna temática de interés o que requiera de orientación, entre otros.

Nota aclaratoria: El servicio de apoyo psicológico es un espacio de orientación más no reemplaza un proceso terapéutico.

¿Qué beneficios se obtienen con el apoyo psicológico?

- Un espacio de escucha, orientación y confidencialidad.
- Herramientas para darle manejo a los conflictos.
- Adquirir nuevas perspectivas sobre una situación.
- Mejorar la calidad de vida.

¿Cómo se puede acceder al servicio de apoyo psicológico?

- Solicita el formato de orientación psicológica en el área del PAE, sótano 1 de la Torre A. También se puede descargar directamente en la Intranet (Ruta: Documentos / Gestión Humana).
- Entregarlo diligenciado a uno de los psicólogos en el área del PAE, sótano de la torre A.
- En un plazo máximo de 3 a 5 días hábiles, serás contactado para el agendamiento de la cita.

Testimonios

“

Gratitud es la palabra que abarca la experiencia que viví en el espacio de psicología, ya que se enfocan en reconocer que cada uno de nosotros somos seres importantes en nuestra institución y que nuestro bienestar emocional es la pieza clave para nuestra salud mental.

Hace 7 años perdí a mi hijo y pensé que ya estaba bien, pero no fue así y acudí a psicología del PAE, donde me acogieron con entendimiento y empatía generando una verdadera escucha lo que generó un cambio notorio en mi bienestar emocional. Gracias por su acompañamiento y lograr un estado satisfactorio en mi ser.

Anónimo.”

6. AREA DEPORTIVA

DEPORTES EN EQUIPO

- FUTBOL MASCULINO

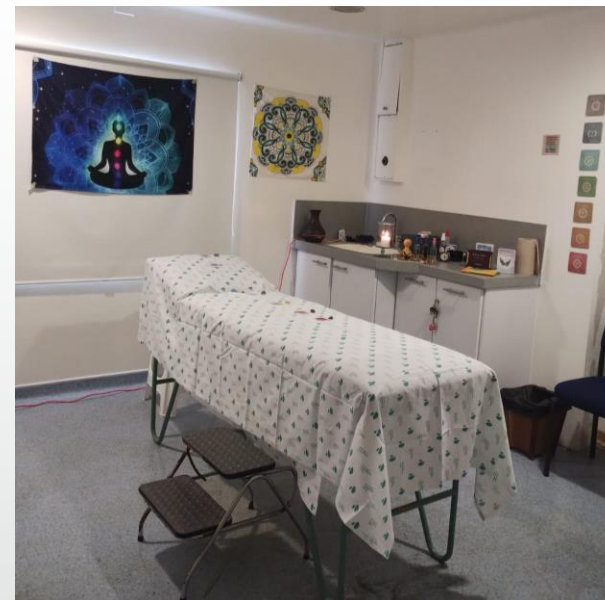
DEPORTES INDIVIDUALES

- NATACION
- ENTRENAMIENTO FUNCIONAL



7. AREA ESPIRITUAL

- Actividades que desarrollan y protegen el ser interior
 - Yoga
 - Masajes
 - Reiki



8. AREA DE RECREACION Y CULTURA

Exploración y reconocimiento de las capacidades de expresión, imaginación y creación










• Actividades

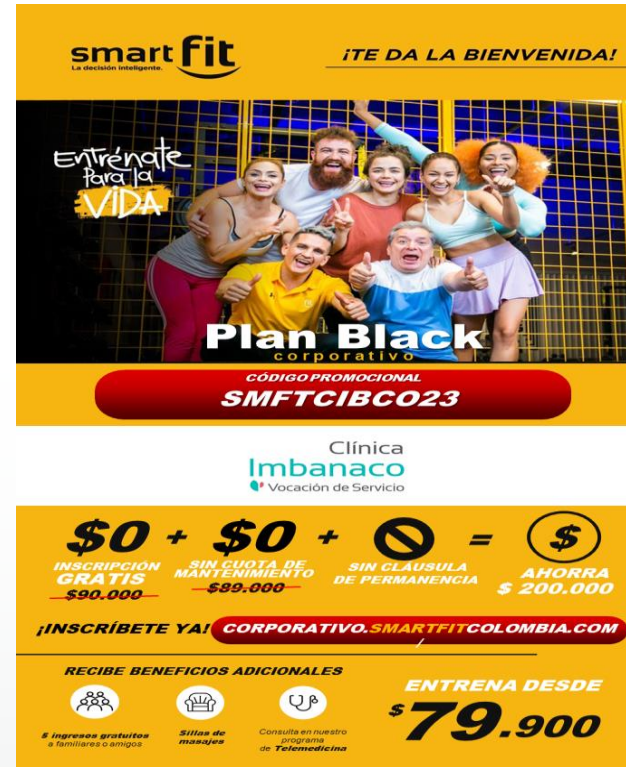
- Aerorumba
- Pintura en madera
- Pintura en dimensiones
- Pintura en oleo
- Manualidades
- Decoración con globos
- Peluquería
- Arreglo y decoración de uñas
- Automaquillaje
- Modistería
- Lettering
- Repostería
- Bisutería



9. AREA PAE ALIADOS

- Convenios corporativos, alianzas estratégicas con terceros y emprendimientos de colaboradores.

-  Podrás encontrar suplementos deportivos, gimnasios, canchas, crossfit, clases, torneos y competencias deportivas
-  Podrás encontrar clases y atención a eventos de comida japonesa, repostería y tienda saludable
-  Podrás encontrar juegos sensoriales, clases de música y baile tanto para adultos como para niños
-  Podrás encontrar servicios de guarderías, planes de acompañamiento escolar virtuales y presenciales, terapias de fonoaudiología y terapia ocupacional
-  Podrás encontrar un lugar para la compra de vehículo.
-  Podrás encontrar ropa de cama, cortinas y sillas
-  Podrás encontrar, pijamas, relojes, pantunflas, morrales, bolsos, perfumería, accesorios para mujer y velas para recordatorios para todo tipo de ocasiones
-  Podrás encontrar consultoría en temas relacionados a la gestión de calidad, mejoramiento y productividad; diseño y construcción de modelos de integración de los servicios Google y envío de mensajes de texto masivo.
-  Podrás encontrar servicio de fotografía digital y sesiones fotográficas en estudio o exteriores. los servicios Google y envío de mensajes de texto masivo.



smart fit La decisión inteligente. **¡TE DA LA BIENVENIDA!**

Entrena para la **VIDA**

Plan Black corporativo

CÓDIGO PROMOCIONAL **SMFTCIBCO23**




Clínica **Imbanaco**
Vocación de Servicio

\$0 + \$0 + 0 = \$

INSCRIPCIÓN **GRATIS** ~~-\$90.000~~
SIN CUOTA DE MANTENIMIENTO ~~-\$99.000~~
SIN CLAUSULA DE PERMANENCIA **AHORRA \$ 200.000**

¡INSCRÍBETE YA! CORPORATIVO.SMARTFITCOLOMBIA.COM

RECIBE BENEFICIOS ADICIONALES

-  **8 Ingresos gratuitos** a familiares o amigos
-  **Sillas de masajes**
-  Consulta en nuestro programa de **Telemedicina**

ENTRENA DESDE \$79.900



Academia de Baile **Vive & DANZA**
Vida a través de la Danza

Convenio Aerorumba
8 clases al mes por solo **\$35.000**

Aplica para colaboradores Clínica Imbanaco (nomina, temporales, consultorios, medicos) y familiares en primer grado de consanguinidad

Reserva tu cupo con el PAE:  **602 3851000 ext. 41164**

Adicionalmente, **20%** de descuento en todas nuestras categorías de baile:

- Salsa
- Bachata
- Twerk
- Heels (tacones)
- SexyStyle
- Danzas Urbanas
- K-Pop
- Hip Hop Kids
- **Descuento no válido para promociones**

Academia Vive&Danza
Calle 5 # 39-106 Cali - Frente a la estación Tequendama del MIO
Cel. (315)8923560 - (316)5400453

10. AREA CELEBRACIONES Y RECONOCIMIENTOS

Reconocer, homenajear y celebrar durante el año a nuestros colaboradores desde diferentes categorías:

- Nacimientos
- Cumpleaños
- Quinquenios
- Jubilación
- Fallecimiento
- Incapacidad prolongada
- Profesiones
- Fechas nacionales especiales





PROGRAMA "SANAMENTE" PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN EN SALUD MENTAL

ACTIVIDAD
Semana de la salud mental Conferencias, talleres, actividades lúdicas, activación.
Acompañamiento psicológico
Notas educativas. Psiconotas
Día mundial de la salud mental.
Día mundial de la prevención del suicidio.



PSICONOTAS

Programa de salud mental Sanamente

Técnicas de respiración y relajación

Todos enfrentamos situaciones desafiantes a lo largo de nuestras vidas, que van desde molestias menores hasta preocupaciones más graves. Para ello te compartimos las siguientes técnicas que pueden ayudarte en momentos difíciles:

Respiración

alternada por las fosas nasales

- Inicia con una posición en la cual te sientas confortable, puede ser sentado o acostado.
- Toma tu dedo pulgar y ubícalo en la fosa nasal derecha e inhala profundamente por la fosa nasal izquierda durante 5 segundos.
- Luego tapa la fosa nasal izquierda, y exhala por la fosa nasal derecha también durante 5 segundos.
- Repite este patrón intercambiando las fosas nasales 3 veces.



Meditación

de atención plena

- Siéntate cómodamente, concéntrate en tu respiración y lleva la atención de la mente al momento presente sin dejarse llevar por las preocupaciones sobre el pasado o el futuro.
- Con los ojos cerrados identifica 10 sonidos que haya en ese momento a tu alrededor, enúmeralos, abre los ojos y nómbralos en voz alta.



PSICONOTAS

Programa de salud mental Sanamente

Conociendo la ansiedad



¿Qué es la ansiedad?

- Es un estado emocional displacentero, el cual se manifiesta como una sensación de malestar o preocupación excesiva.
- Es una reacción ante la percepción de peligro o amenaza, y se caracteriza por ser anticipatoria.
- Puede ir acompañada de alteraciones fisiológicas como sudoración, taquicardia entre otros síntomas.
- Si se convierte en una preocupación constante e interfiere en las actividades diarias se recomienda buscar ayuda de un profesional.

¿Cuáles son sus causas?

- Se desconocen las causas específicas de la ansiedad pero pueden estar relacionadas con factores genéticos, orgánicos, sociales y/o personales.
- También se podría decir que ocurre cuando una persona ante una situación determinada sólo piensa que su desenlace va a tener consecuencias negativas.



Tips para el manejo de una crisis de ansiedad

- Realiza tres respiraciones lentas, profundas y enfocadas en el momento presente.
- Aromaterapia (usa esencias que te relajen; lavanda, romero eucalipto).
- Busca en el momento una persona de confianza que pueda brindarte tranquilidad.
- Visualiza un lugar o imagen que te disperse del malestar.
- Tómate unos segundos para pensar en el motivo que desencadenó la ansiedad e identifica 3 soluciones.



Recursos digitales de ayuda

Para el control y manejo de la ansiedad puedes ayudarte de los siguientes recursos:

- Meditodia.
- Podcast en spotify: "Aprende a meditar", "Despertando podcast", "Prana breath."



Nota: Aplicaciones que puedes descargar en App Store y/o Play Store.

PSICONOTAS

PROGRAMA DE SALUD MENTAL



TRISTEZA

VS



DEPRESIÓN

PROGRAMA SANAMENTE

10 DE SEPTIEMBRE

DÍA MUNDIAL DE LA
PREVENCIÓN DEL SUICIDIO



Mitos y Realidades
sobre el **suicidio**

PROGRAMA "FLUIR" ACOMPAÑAMIENTO AL DUELO Y RESILIENCIA

ACTIVIDAD
Acompañamiento espiritual en áreas: ucin, quimioterapia, hematoncológica, ucin, consulta externa, hospitalización, urgencias, uci adultos.
Acompañamiento psicológico y llamado solidario
Semilla acto simbólico



ImbaApp

Emisión #14
Conversemos con Rafael

Conversemos con Rafael

Emisión #14
marzo 16 del 2022

Mónica María Villalobos Garrido
Nueva Directora de Enfermería

Mónica María Villalobos Garrido, nueva Directora de Enfermería

Conócela
marzo 14 del 2022

TRÁMITE
GET IT ON
Google Play

Download on the
App Store

TORNEO COPA LOS MEJORES
VERSIÓN XV

Colaborador(a) Imbanaco
Accede 24/7 a servicios
y atención en psicología

Pensando en ti y en tu bienestar te contamos que actualmente tenemos un servicio de apoyo psicológico por medio de una línea telefónica con un PAE Acreditado AON.

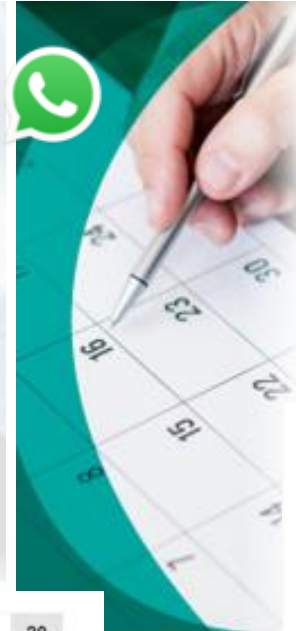
En este espacio podrás contar con servicios de atención de primeros auxilios psicológicos para ti y tu familia. Contención de la situación inicial, orientación y derivación a redes.

Aprovecha beneficios como:
Asistencia psicológica

Aplicación de primeros auxilios psicológicos, memoria para gestión emocional, crisis, talleres, talleres, entre otros.

Contáctanos para activar tu asistencia
BOGOTÁ: 5002007 NACIONAL: 01 8000 915433

pae AON



La **VOZ** del COLABORADOR

Grupos de enfoque

Temática:
CONTRATACIÓN, TURNOS,
Y DOTACIÓN

Fecha: 15 y 23 de Septiembre
Hora: 10:00 am - 11:30 am

Imbanaco al día.
correo



pae Plan de Asistencia al Empleado

29

INICIO PORTALES APLICACIONES DOCUMENTOS SOPORTE GERENCIAS MÉDICOS ENLACES CORPORATIVOS

PLANETREE

PAE

Participa de la grabación del **AerobicsChallenge**

Jornada de medición de composición corporal

Feliz día del Colaborador(a)

Participa de la grabación del **AerobicsChallenge**

Jornada de medición de composición corporal

Feliz día del Colaborador(a)

Intranet

¡Memorias del Día Internacional de la Mujer!

Revive los momentos de la celebración del Día Internacional de la Mujer a cargo del equipo PAE con la conferencia **Impacto de las Mujeres en las Organizaciones**, donde se trabajaron temas como el reconocimiento de la mujer en todos los ámbitos de la sociedad, el fortalecimiento del amor propio, la resiliencia femenina y la proyección de vida desde el propósito

Haz clic aquí y revive el momento.



Equipo Bienestar

Psicólogas

Recreadores

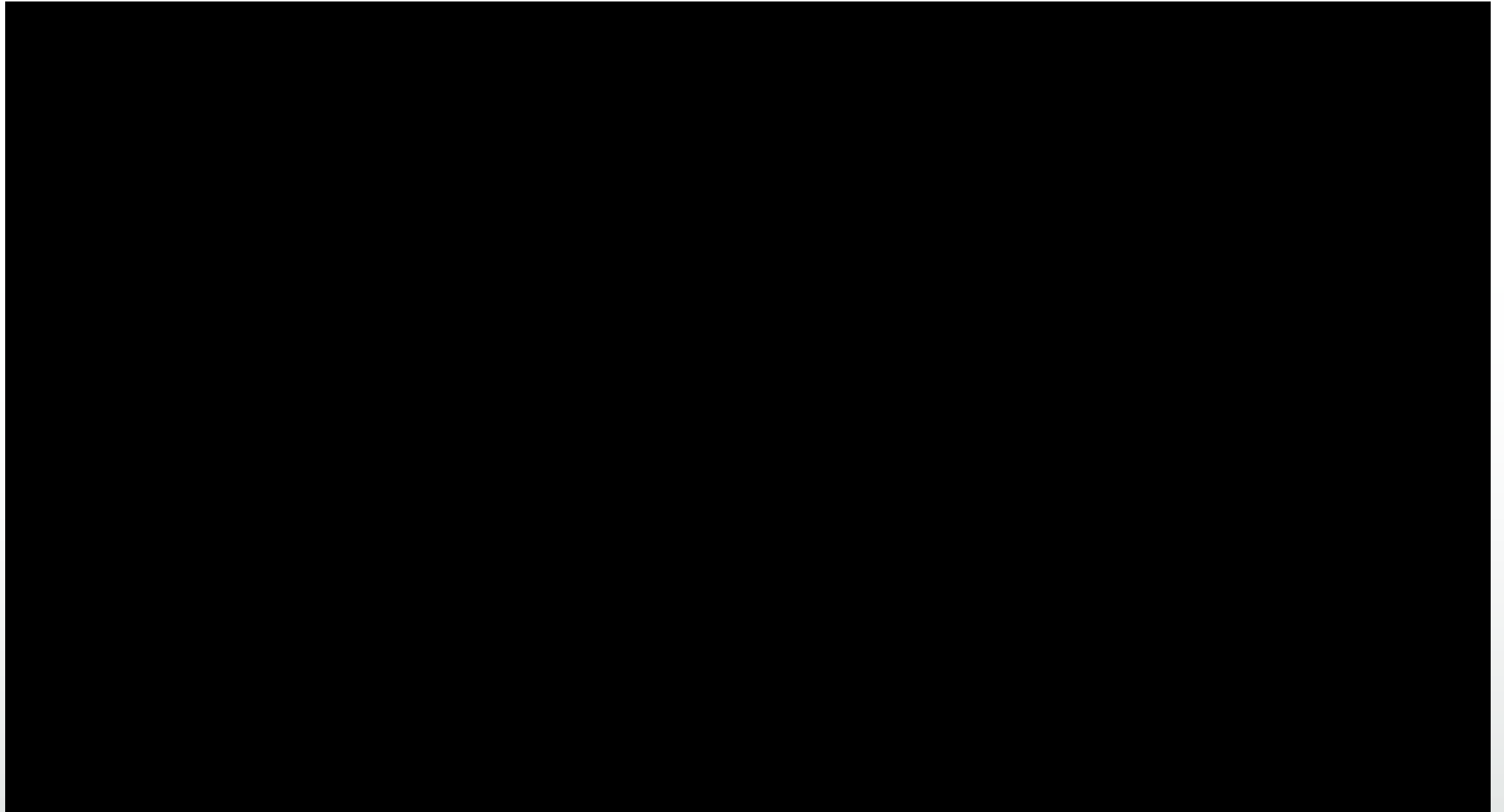
Estudiantes en práctica

Clínica **Imbanaco**
Vocación de Servicio

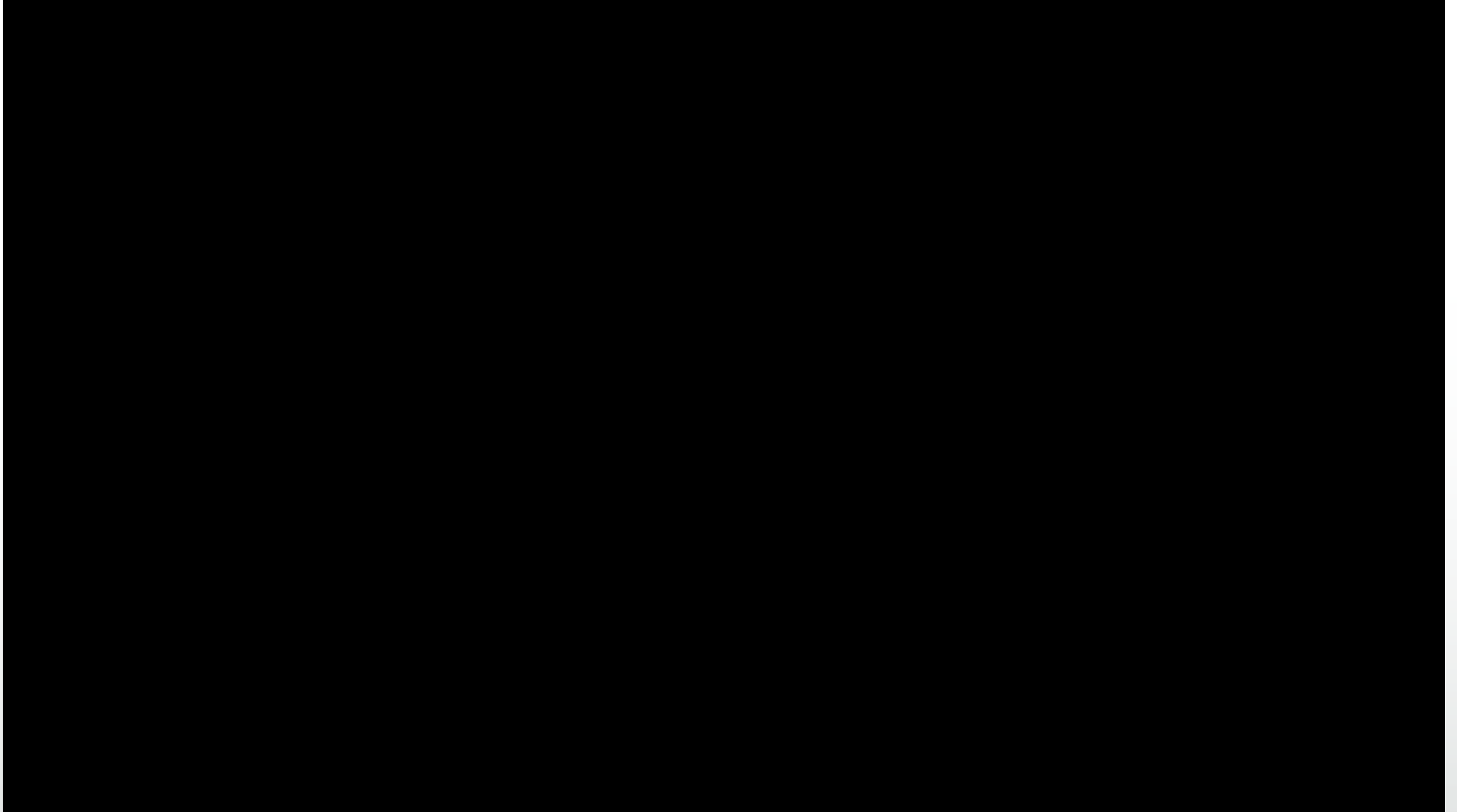
14°
SIMPOSIO INTERNACIONAL DE
CALIDAD Y SEGURIDAD
DEL PACIENTE



Video
Jerusalema.
Convocatoria
de los equipos
de trabajo en
actitud de
resiliencia.



Video Canción
Inspiración.
Creación de
colaboradores no
de enfermería en
agradecimiento a
la Resiliencia del
personal de
Enfermería.



Clínica Imbanaco

Vocación de Servicio

14°
SIMPOSIO INTERNACIONAL DE
CALIDAD Y SEGURIDAD
DEL PACIENTE

