



VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte

Justificación

“Nunca fue tan necesario como hoy dar educación en los principios que rigen la salud. A pesar de los maravillosos adelantos relacionados con las comodidades y el bienestar de la vida, y aun con la higiene y el tratamiento de las enfermedades, resulta alarmante el decaimiento del vigor y de la resistencia física. Esto requiere la atención de cuantos toman muy a pecho el bienestar del prójimo.”
 La Temperancia 219

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte

Visión y Objetivos

Visión: Cada Iglesia, un Centro Comunitario de Salud Integral, y cada miembro sea un Ministro de Salud.

Objetivo: Proclamar el Evangelio de la Salud en todo el territorio de la Región Sur Occidental y promover un estilo de vida saludable de acuerdo a las instrucciones recibidas por la Sagrada Escritura y el Espíritu de Profecía.

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte

Declaración

De ninguna manera se intenta preparar personas para diagnosticar, recetar o sugerir procedimientos para curar dolencias.

Las personas certificadas en el programa serán capaces de promover un estilo de vida saludable enfocando la prevención.





CERTIFICACIÓN PROMOTORES

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte



NIVEL 1 (24 horas) Certificación Básica

CPS111 - La salud, la iglesia y E.G. White
 CPS 112 - Fundamentos de Anatomía y Fisiología
 CPS 121 - Principios para adoptar un estilo de vida saludable
 CPS 122 - Principios básicos para ser un Educador de la Salud
 CPS 131 - Principios para la Cocina Saludable

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte



NIVEL 2 (20 horas) Certificación Especializada

- I. Salud mental, depresión y manejo del estrés
- II. VIH – SIDA
- III. Programa para dejar de fumar (Respire libremente)
- IV. De joven a joven
- V. Adicciones
- VI. Evangelismo de la Salud, Exposalud, Brigadas de Salud

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte



Tarjeta de Requisitos



VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte



Certificado

División Interamericana Ministerios de Salud

Otorga el presente
CERTIFICADO

A: _____

por haber completado los requisitos del primer nivel de Promotor de Salud




EQUIPAMIENTO BÁSICO



VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte

Presupuesto

Kit “Viva Sano y Feliz”:

- Morral
- Báscula
- Tensiómetro
- Fonendo
- Cinta métrica

Cada distrito

Paquete promotores:

- Camiseta
- Tarjeta de requisitos
- Identificación
- Certificado

Cada promotor

Viva Sano y Feliz

CURSO DE VIDA SANA

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte

Lecciones

1. Los deseos de Dios	6. Sol
2. Vivir en paz	7. Aire puro
3. Integridad	8. Nutrición
4. Descanso	9. Actividad física
5. Agua Pura	10. En contacto con Dios

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte

www.esperanzacolombia.org.co

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte

Estudio de Salud

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte

Presentaciones

Viva Sano y Feliz

PLAN 8 HABITOS SALUDABLES

Hábitos Saludables

Mejora tu salud de manera **DIVERTIDA**

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte

8 Hábitos Saludables

Ser feliz
folleto 8 - semana 8

VIVA SANO y FELIZ Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte

Folleto de actividades

SEMANA 4

El hábito de hacer EJERCICIO

El ejercicio quizás será el hábito que más te ayudará para tener mejor salud, sentirte bien e incluso revertir el efecto de algunas enfermedades como la diabetes. Tendrás mejor estado de ánimo, fortalecerás tus músculos y huesos, tendrás una mejor respiración y te ayudará a disminuir el estrés entre otros beneficios.

Necesitarás un par de tenis, ropa cómoda y de ser posible un compañero

Hábitos SALUDABLES

ACTIVIDAD

Marca tus logros de esta semana.

En la primera línea anota la cantidad de minutos que caminas cada día. El ideal es de 30 a 60 minutos diarios.

En la segunda línea anota los minutos que realices ejercicios con peso. El ideal es de dos a tres veces por semana, 20 a 30 minutos por sesión. En la tercera línea anota el día que caminaste acompañado.

	DOM	LUN	MAR	MIÉ	VIÉ	SAB	SUN
Minutos de caminata							
Minutos de ejercicio con peso							
Caminata acompañada							



PROMOTORES INFANTILES

VIVA SANO
y FELIZ

Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte



Uniformes



VIVA SANO
y FELIZ

Min. de Salud – Unión Colombiana del Norte



Especialidades e Insignias JA



VIVA SANO
y FELIZ
¡SOLO FALTAS TU!