

EXPERIENCIAS INNOVADORAS EDUCACIÓN AMBIENTAL Y PARTICIPACIÓN

<p>¿QUÉ ES UNA EXPERIENCIA INNOVADORA PARA EL JARDÍN BOTÁNICO DE BOGOTÁ?</p>	<p>Es una acción de creación propia de la entidad que por su diseño conceptual o metodológico generan diversos beneficios a los ciudadanos que participan en estas, en términos de apropiación del conocimiento ambiental en la ciudad.</p>
<p>NOMBRE DE LA EXPERIENCIA</p>	<p>Sano, activo y feliz</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA</p>	<p>El Jardín Botánico de Bogotá “José Celestino Mutis” desde el Programa Naturaleza, Salud y Cultural elaboran una iniciativa llamada Sano, Activo y Feliz, mediante la puesta en marcha de una actividad lúdica y recreativa planificada, para niños entre 5 los 10 años y sus padres o personas que responden por ellos, con las siguientes actividades: tablero de sensaciones, ejercicio físico, acro yoga para la familia, pintura al natural y musicoterapia, sumando la sinergia que proveen los entornos naturales.</p>
<p>¿POR QUÉ SURGE ESTA EXPERIENCIA?</p>	<p>El propósito esta estrategia consiste en reconectar a los participantes con la naturaleza, fortalecer lazos familiares, favorecer la salud física, mental y emocional del grupo familiar y restablecer la relación con el medio ambiente para generar verdaderas experiencias que eleven el compromiso con el bienestar de los niños y las niñas</p>
<p>¿POR QUÉ ES INNOVADORA?</p> <p>BENEFICIOS PARA LA CIUDADANÍA</p>	<p>APORTES A SALUD INTEGRAL:</p> <p>Recarga la energía Ayuda a los amantes de las actividades al aire libre como el acro yoga a conectar con la naturaleza de una manera más poderosa. Su práctica proporciona calma y aporta un plus de energía que no se obtiene en ningún gimnasio.</p> <p>Despierta los sentidos Oler las flores o la tierra mojada, sentir el césped bajo los pies, escuchar el canto de los pájaros y observar los colores de la vegetación y el cielo. Los sentidos se activan. El paisaje natural aumenta la consciencia de sí mismo.</p> <p>Mejora el poder de escucha Prácticamente todos tenemos ruido a nuestro alrededor. Sin embargo, la naturaleza es un lugar ideal para alejarse de la agitada vida y del caos de la propia mente. Alejarse del bullicio</p>

	<p>ayudará a escucharse a si mismo.</p> <p>Potencia el equilibrio Llevar la práctica al contexto natural, mejora el equilibrio físico, incrementa la fuerza en los músculos de las piernas y el Core (centro del cuerpo) y ofrece la oportunidad de equilibrar las necesidades emocionales.</p> <p>Controla la respiración Cuando se respira aire fresco, la respiración se hace más fuerte al recibir oxígeno limpio en los pulmones. Esto hace estar menos cansado y mejorar los niveles de energía.</p> <p>Refuerza lazos familiares En la medida que los padres se integran en las actividades con los niños y las niñas se restablecen, mejoran y fortalecen lazos entre ellos, ya que el juego y las condiciones del entorno sana y facilitan la comunicación entre las familias.</p> <p>Efectos perceptivo-motrices La música produce efectos beneficiosos en el sistema sensorial, cognitivo y motor (de forma sedante o estimulante), estimula la creatividad, el pensamiento, el lenguaje, el aprendizaje y la memoria.</p>
<p>ESCALA DE INNOVACIÓN (Local-Nacional)</p>	<p>Local</p>
<p>REGISTRO FOTOGRÁFICO DE SU IMPLEMENTACIÓN</p>	



DE QUE MANERA LE APORTA A LOS CIUDADANOS QUE PARTICIPAN EN ELLA

- Comprender a la naturaleza como un escenario y herramienta propicio para el mejoramiento de la salud integral de las personas.
- Concientizar sobre la importancia del cuidado de la naturaleza para el mantenimiento de la salud pública.
- Realizar actividades artísticas que despierten el amor por la naturaleza.
- Establecer relaciones de respeto entre los participantes y el medio ambiente.
- Fomentar la educación ambiental como estrategia para el cuidado y el respeto por la naturaleza.
- Promover la práctica de actividad física y ejercicio en la naturaleza.
- Participar en actividades de grupo adoptando un comportamiento constructivo, responsable y solidario dentro de ambientes naturales.
- Entender la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices que potencializa sus beneficios físico, mentales y sociales cuando son realizadas en escenarios naturales.

EFFECTOS POSITIVOS Y RESULTADOS

Promoviendo el cuidado receptivo y vínculos afectivos. Ayudando a padres y madres para que busquen el bienestar integral de sus hijos.

	Capacitando a los padres de familia para que respondan a los problemas de salud mental de los niños, niñas y jóvenes.
--	---