



## Trabajando por un 2019 inolvidable

Iniciamos este año con grandes expectativas y metas claras, sobre las cuales ya hemos comenzado a trabajar. En campo las labores se pusieron en marcha desde la primera semana del 2019 y durante estos meses nos hemos enfocado en:



### Nuestro Vivero

La operación de Nuestro Vivero empezó en enero con la primera fase, en la que estamos enfocados en las siguientes actividades: Desinfección de bandejas y tubetes, y llenado de tubetes con el sustrato que, previamente, se ha preparado en campo.



### Establecimiento 2019

En nuestro plan operativo y, para el adecuado establecimiento de plantaciones de este año, comenzamos con la ubicación de los lotes a plantar, por medio de la georreferenciación de áreas potenciales y la delimitación de los bosques nativos y de las zonas de inundación. Posteriormente nos enfocamos en la infraestructura de drenajes y el control fitosanitario de hormiga arriera. Finalmente, realizamos mantenimiento a los equipos de transporte y a los equipos operativos.

Estamos felices de poder compartir otro año como buenos vecinos,

*Natalia Quevedo*  
**NATALIA QUEVEDO GONZÁLEZ**  
 Gerente General

## Doña Alba, un ejemplo de gestión



Quienes conocen a Dona Alba, la describen como una mujer sincera, honesta y trabajadora que, además, se preocupa por el bienestar de sus vecinos y el cuidado del medio ambiente. Como ella misma se describe “yo me considero muy sociable, es más fácil que, si me van a buscar, me encuentren en la casa del vecino, que en la mía.”

Doña Alba nació en Villavicencio y llegó hace 8 años a la vereda de La Esmeralda, en donde vive con Daniel Andrés, su pequeño hijo de 6 años.

### La Esmeralda es su hogar

Esta vecina piensa que su comunidad es hospitalaria, cálida y amigable, a diferencia de otros lugares que ha visitado. Por esto, la considera su hogar y es donde desea permanecer por mucho tiempo más.

Doña Alba, además de ser guardabosques de una hermosa reserva natural ubicada en la zona llamada Anelín, hace parte de la Junta de Acción de comunal y se ha caracterizado por su liderazgo en la vereda. Con su capacidad de gestión, su participación y su fuerte carácter, ha promovido y apoyado diferentes procesos para el desarrollo de su comunidad y sus vecinos.



Doña Alba, resalta la llegada de **InverBosques** a La Esmeralda, como una empresa que ha traído desarrollo y generado empleo en la zona, como un vecino más, con el que han podido emprender procesos sociales que tienen como propósito integrar a la comunidad y mejorar situaciones. El objetivo de doña Alba, es seguir trabajando de la mano con la comunidad y lograr grandes avances en ella.

## Hábitos recomendados para una vida saludable

Sentirse bien es una sensación maravillosa y para lograrlo, es importante conocer los aspectos que permiten tener un buen estado de salud y estar abiertos a descubrir nuevas ideas y hábitos que pueden permitir sacar el máximo provecho de la vida.

### ¿Qué es Salud?

- La Organización Mundial de la Salud (OMS) la define como, un estado de **completo bienestar físico, mental y social**.

### Hábitos recomendados

#### Alimentación

- Tomar suficiente agua
- Comer verduras, frutas y fibra
- Incluir el huevo en la dieta
- Moderar el consumo de la sal
- Desayunar con calma
- Respetar las horas de comida

#### Actividades

- Hacer ejercicio
- Descansar y dormir bien
- Organizar el tiempo
- Realizar pausas activas
- Tener buena postura

#### Cuidados adicionales

- Visitar al médico
- Evitar el tabaquismo y el alcohol
- Cuidar la piel y los ojos
- Respirar adecuadamente

### Recomendaciones

1. **Empieza con objetivos muy pequeños**

2. **Comprométete: Activa alarmas en el celular**

3. **Dile adiós a las excusas**

¡Voy a hacer ejercicio todos los días!



¡Voy a comer más fruta!



¡Voy a dejar de fumar!



¡Me voy a estresar menos!



Y tú, ¿qué nuevo hábito saludable vas a implementar en tu vida?

## Una comunidad de escritores y artistas

### Premiación Concurso Cuento y Dibujo

Con mucho orgullo y alegría se llevó a cabo la premiación del Concurso de Cuento y Dibujo, promovido por **InverBosques**, en las Instituciones Educativas del municipio de Puerto Carreño, que en su última versión tuvo como tema principal "¿Qué sería del mundo sin el agua?".



Esta propuesta educativa que se ha venido desarrollando desde hace varios años, como parte de la Política Social de **InverBosques**, tiene como propósito formar en diferentes temas de interés a través de la creatividad, además de fomentar la lectura y la escritura en jóvenes y niños estudiantes.

En esta ocasión recibimos cerca de **300 maravillosas obras** entre dibujos y cuentos que evidencian el gran significado que tiene el agua para nuestros jóvenes. Queremos felicitar a todos los participantes del concurso, agradecer el apoyo de todos los rectores, docentes y padres que nos abrieron las puertas y estuvieron motivando el proceso.

### Ganadores categoría Cuento

#### 1er. Lugar

**Jeisson Fabián Guarnizo Yaguidua** - Grado: 9°  
Institución Educativa María Inmaculada

#### 2do. Lugar

**Sofía Alejandra Rosas Castillo** - Grado: 9°  
Institución Educativa José Eustacio Rivera

#### 3er. Lugar

**Joseph Daniel Herrera Mattar** - Grado: 10°  
Institución Educativa María Inmaculada

### Ganadores Categoría Dibujo

#### 1er. Lugar

**Leonardo Esteban Trigós Vega** - Grado: 5°  
Institución Educativa José Eustacio Rivera

#### 2do. Lugar

**Harold Felipe Agudelo Barión** - Grado: 2°  
Institución Educativa Eduardo Carranza

#### 3er. Lugar

**Silvia Liceth Kathyusca** - Grado: 2°  
Institución Educativa Eduardo Carranza

## Compartiendo con nuestros vecinos

### La seguridad de nuestros vecinos

**InverBosques** conoce y promueve la importancia de practicar acciones de autocuidado. Además de interesarse por la seguridad de sus vecinos, decide integrarse con la comunidad de La Esmeralda, a través de la dotación de algunos elementos que aportan a mejorar la seguridad en la realización de algunas de las actividades diarias de su vereda.

Entre los elementos entregados estuvieron: chalecos salvavidas, señalética para ser ubicada en sitios estratégicos, petos y botiquín de primeros auxilios. La entrega se realizó en presencia de vecinos de la comunidad, líderes y la junta de acción comunal, siendo ésta última la responsable de cuidar y dar buen uso a los elementos entregados.



### Integración familiar

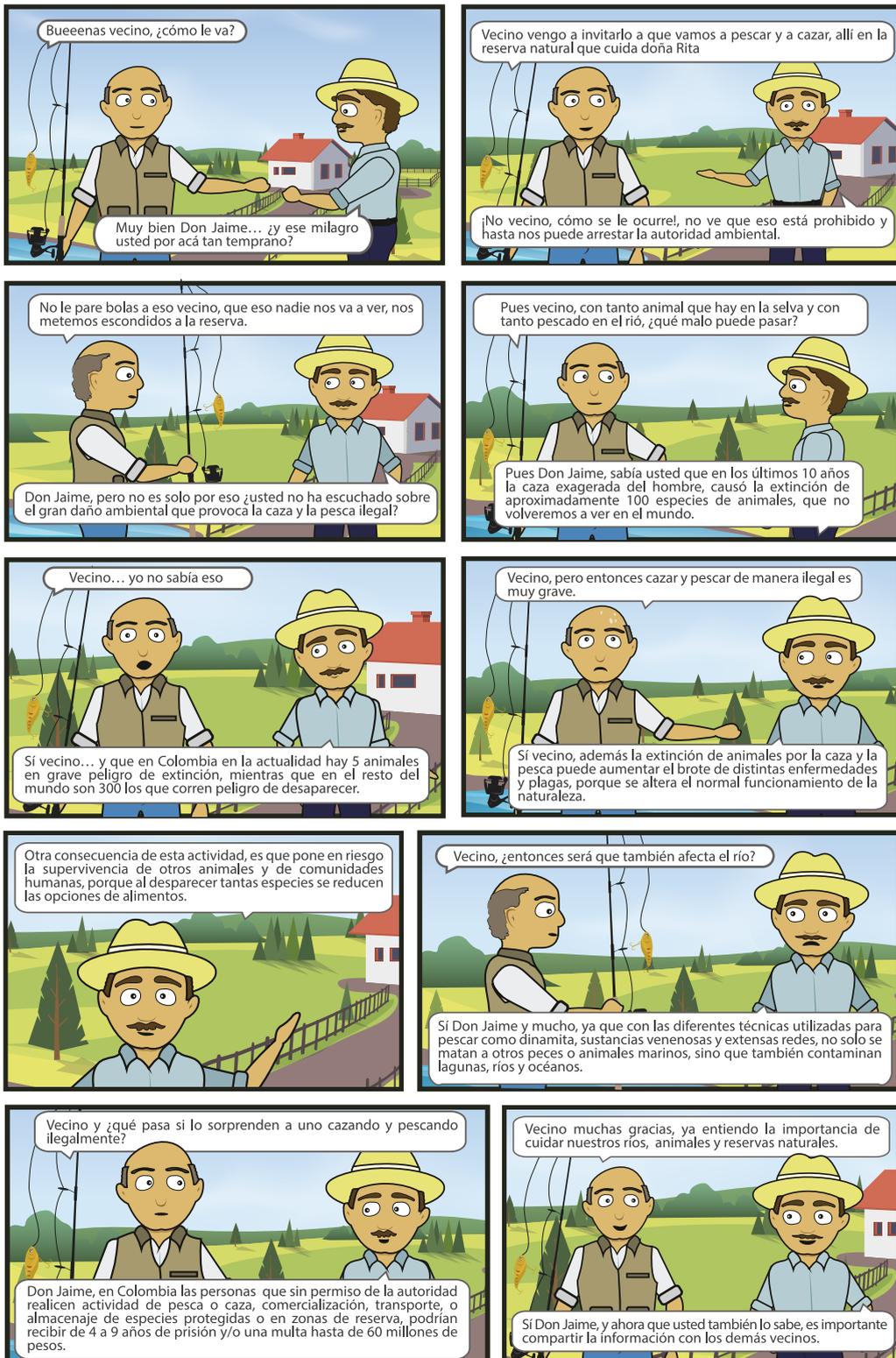
Entre risas, juegos y alegrías, **InverBosques** dedicó un día a celebrar la navidad y agradecer por el excelente 2018, junto con los Guardabosques y sus familias. Durante todo el día bailamos al ritmo de excelente música, disfrutamos de sabores deliciosos y compartimos momentos inolvidables.

### Manos creativas

Junto con los vecinos de la Esmeralda, **InverBosques** realizó dos días de talleres en los que sus asistentes aprendieron a realizar diferentes decoraciones para la navidad y el hogar. Con este tipo de estrategias, **InverBosques** busca seguir generando espacios para fortalecer las buenas costumbres entre vecinos, a la misma vez que promueve el desarrollo de habilidades en sus participantes que son de todas las edades.



## Conversando sobre la pesca y la caza ilegal



## ¿Qué sabes sobre las aguas residuales?

Llamamos **aguas residuales**, a las aguas que resultan después de haber sido utilizadas por el hombre en diferentes actividades.

### Según su origen se clasifican en:



#### Domésticas

Aquellas utilizadas con fines higiénicos (duchas, cocina, baños, lavadero, lavamanos, etc.) Consisten básicamente en residuos humanos que llegan a las redes de alcantarillado.



#### Industriales o comerciales

Todas las aguas residuales generadas desde locales o fabricas con actividad comercial o industrial, contiene componentes contaminantes como químicos, metales pesados, plomo, níquel, cobre, mercurio, entre otros.



#### Aguas residuales de la ganadería

Proviene de la actividad ganadera, contienen contaminantes químicos, desechos fecales y orines de animales.



#### Pluviales

Son agua de lluvia, que descargan grandes cantidades de agua sobre el suelo. Parte de esta agua es drenada y otra escurre por la superficie, arrastrando arena, tierra, hojas y otros residuos que pueden estar sobre el suelo.

### Tratamiento de aguas residuales

El tratamiento de aguas residuales consiste en una serie de procesos físicos, químicos y biológicos realizados por plantas especializadas como tanques sépticos, que tienen como fin eliminar los contaminantes y producir agua limpia, que pueda ser reutilizada o devuelta a los ríos de tal forma que no represente riesgos a la salud o daños al medio ambiente.



### ¿SABÍAS QUE...?

- Más del 80% de las aguas residuales generadas regresa al medio ambiente (ecosistema) sin haber sido limpiada o reutilizada.



## ?

¡Adivina, adivinador! Si estas adivinanzas quieres resolver, leerlas con atención deberás hacer

1. ¿Cuál es el árbol que tiene las 5 vocales?

2. Tiene yemas y no es un huevo, tiene capa y no es sombrero, tiene hojas y no es un libro, ¿qué es?

3. Al final de los brazos están las manos, al final de los dedos nosotras estamos.

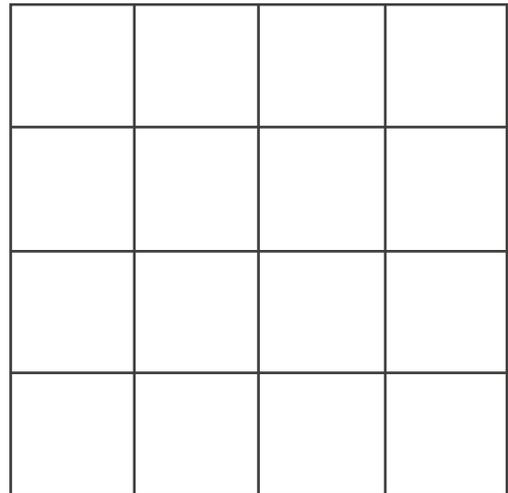
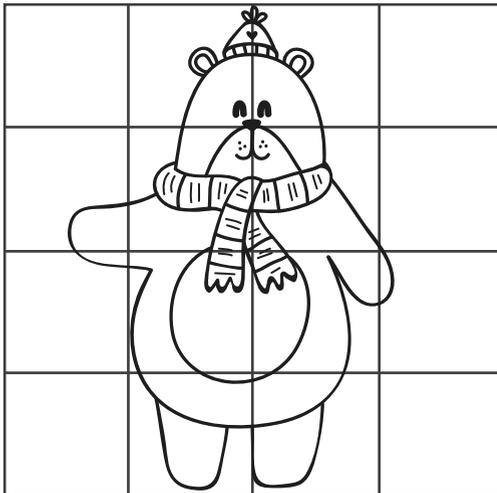
4. Adivina, adivinanza, ¿qué esconde el rey en la panza?

5. Nieto de su bisabuelo, padre de tus hermanos, de tus primos es el tío y de tus tíos el hermano, ¿quién es?

6. Azul y transparente es, azul y transparente será. Siempre estará arriba y nunca se caerá, ¿qué es?

Respuestas: 1. El eucalipto. 2. El árbol. 3. Las uñas. 4. El ombligo. 5. Tu padre. 6. El cielo.

¡Copia el dibujo! Usa esta cuadrícula para guiarte y saca el artista que llevas dentro.



## ¿SABÍAS QUE...?

- En nuestra línea puedes reportar:
  - Sugerencias
  - Quejas
  - Reclamos
  - Felicitaciones

## NUEVO NÚMERO

Mi línea, mi bosque

 **321 465 5684**